# Un dîner PRESQUE parfait

numéro 3

## La truffe dans le vent

www.DayzEbook.com

## IL ÉTAIT UNE FOIS DANS L'EST

## Les mignardises de Florence

inédit

## Un dîner chez Flore

Les meilleures recettes des candidats

# Spécial menus de fêtes

Décembre 2009/Janvier 2010 - DOM : 4,70 € - Polynésie et Nouvelle-Calédonie : 800 francs CFP - Suisse : 8 CHF - Belgique : 5,10 € - Luxembourg : 5,10 €

T 05082 - 3 - F: 3,95 € - RD

Un dîner presque parfait

Tous les ingrédients d'une bonne soirée dans une **BOÎTE** !

www.DayzEbook.com

Les cakes, verrines, desserts, etc pour régaler vos invités !

4 livres
**+ un kazoo offert.**

**250** énigmes, jeux de logique, à résoudre à plusieurs !

**500** questions pour tester vos connaissances !

**700** questions pour que vos invités dévoilent leurs secrets !

*"PRIX PUBLIC EDITEUR, LA LOI NE NOUS PERMET PAS DE PUBLIER HORS DU LIEU DE VENTE LE PRIX PRATIQUE PAR CARREFOUR"

6 EDITIONS

**10** € TTC France*

DM6 EDITIONS – RCS NANTERRE – B 421 300 849

Un dîner presque parfait

## Si vous souhaitez écrire au magazine :

Un dîner presque parfait,
46, rue Jacques-Dulud
92 575 Neuilly-sur-Seine
Mail : undinerlemag@m6.fr

## Réveillez vos réveillons !

Certes, pour ce dernier numéro de l'année, nous n'avons pas fait dans l'insolite : un "spécial fêtes", avec des dizaines de recettes pour régaler votre famille et vos amis. C'est parce que l'originalité est ailleurs : dans les recettes elles-mêmes ! Les candidats d'*Un dîner presque parfait* se sont surpassés pour innover dans la préparation du foie gras, pour revisiter la dinde ou pour réinventer la bûche de Noël. Vous le constaterez : la différence entre un bon cuisinier et un cordon-bleu ne tient parfois qu'à un zeste d'audace.

www.DayzEbook.com

Les champions de l'émission sont également de la fête : Flore vous invite à dîner chez elle et vous laisse repartir avec les recettes. Grégory vous présente une création pas à pas. Et Florence laisse gambader son imagination en dédiant neuf mignardises aux rennes du père Noël.

Et toujours : des astuces pour vous faciliter la vie en cuisine, des conseils pour bien choisir vos produits et des idées déco pour que vos tables soient à la hauteur de vos plats.

Bonnes fêtes à vous, et rendez-vous en février !

La rédaction

## Le n° 1 disponible sur M6 Store

Vous avez été extrêmement nombreux à nous demander le numéro 1 du magazine *Un dîner presque parfait.* Bonne nouvelle : il est enfin disponible sur commande avec son DVD. Il vous suffit de vous connecter à la boutique M6 sur Internet : www.m6store.com

sommaire

# AU MENU

## EN COUVERTURE
## MENUS DE FÊTES

36

www.DayzEbook.com

14

18

30

78

Comment être sûr que votre poêle
est à la bonne température ?
www.DayzEbook.com
PUBLICIS CONSEIL
Nouveau Thermo-Spot
L'indicateur de température encore plus lisible qui garantit une cuisson parfaite.
Quand Thermo-Spot devient rouge, la température est idéale pour une cuisson toujours réussie.
Eco Information
SANS PFOA
SANS PLOMB
SANS CADMIUM
PRODUIT RECYCLABLE
Tefal
Comment s'en passer ?
www.tefal.fr

# sommaire

82

98

108

126

www.Dayz2ebook.com

*Un dîner presque parfait* est édité par M6 Éditions, S.A. au capital de 50 000 euros, dont le siège social est situé au 89, avenue Charles-de-Gaulle, 92 575 Neuilly-sur-Seine Cedex, filiale de M6 Interactions présidée par Thierry Desmichelle. Tél. : 01 41 92 73 73.

Pour joindre votre correspondant, composez le 01 41 92 suivi des chiffres entre parenthèses.

**Directeur de la publication**
Thierry Desmichelle
**Direction presse et éditions**
Franck Tiriot (26 73) ftirlot@m6.fr
**Responsable éditorial**
Mehdi Lounis (26 74) mlounis@m6.fr

**Journaliste**
Claire Mione
**Ont collaboré à ce numéro**
Christy Granja, Sabine Duhamel

**Conception graphique**
Herbert Galetti

**Secrétaire de rédaction**
Sophie Hervier

**Directeur de la diffusion**
Didier Dostes

**Responsable du marketing et de la diffusion**
Renaud Isautier (63 80)

**Service des ventes**
Promévente
Contact : Emmanuel Vinot, 01 55 51 83 64/62

**Imprimé en Italie par NIIAG.**

**Régie publicitaire**
M6 Interactions
89, avenue Charles-de-Gaulle,
92 575 Neuilly-sur-Seine Cedex.
**Directrice de la publicité**
Sophie Doria-Blanc (74 85) sdoria@m6.fr
**Directrice de clientèle**
Vanessa Durand (66 55) vdurand@m6.fr

**Directrice de fabrication et trafic publicité**
Patricia Lutreau (27 12) plutreau@m6.fr

Toute reproduction de textes, photos, dessins ou logos publiés dans ce numéro est rigoureusement interdite sans l'accord écrit de l'éditeur. Les documents reçus ne sont pas rendus, et leur envoi implique l'accord de leur auteur pour leur libre publication.
© 2009 M6 Éditions.

N° ISSN : en cours.
Dépôt légal et date de parution de la publication : octobre 2009.

Come Dine With Me © and format rights – ITV Productions Limited. Licensed by ITV Global Entertainment Limited 2009. All rights reserved. *Un dîner presque parfait*, produit par Studio 89 Productions. Tous droits réservés.

Un grand merci aux équipes de Studio 89 pour leur aide précieuse.

itv Global Entertainment

Comment éviter que
votre poêle accroche?
www.DayzEbook.com
PUBLICIS CONSEIL
Nouvel Antiadhésif
Expert Pro
Toujours aussi antiadhésif
et encore plus résistant.
Un revêtement
antiadhésif révolutionnaire
qui n'attache pas.
Un revêtement durable
qui ne se raye pas.
Eco Information
SANS PFOA
SANS PLOMB
SANS CADMIUM
PRODUIT RECYCLABLE
Tefal
Comment s'en passer ?
www.tefal.fr

# IDÉES CULINAIRES

**De nouveaux produits à tester pour vos dîners raffinés !**

## Le Cube Surprise by Thiriet

Pour les fêtes de fin d'année, la célèbre marque de surgelés frappe fort ! On oublie le pain-surprise à l'ancienne : cette année, avec Thiriet, l'apéro sera design et savoureux. Au-delà de l'effet visuel garanti, vous surprendrez vos convives avec des associations originales : tzatziki sur pain de mie aux épinards, sandwichs de saumon aux cranberries sur pain à la tomate ou bouchées de poulet aux épices façon tandoori sur pain de mie noir.
*www.thiriet.com, 13,99 euros (tarif promotionnel pendant les fêtes).*

www.DayzEbook.com

## Le cava Freixenet et sa "it pochette"

Freixenet est la marque incontournable du cava barcelonais. Le cava, c'est ce vin effervescent espagnol qui partage la même méthode d'élaboration que le champagne. Offrez le coffret édition limitée sans vous ruiner. Le Cordon Negro de Freixenet est assorti d'une élégante pochette en cuir nappa, finition python noir, de Lupo Barcelona.
*www.freixenet.fr, 25 euros.*

## Les délices du fromager

Un concept délicieux qui va égayer le plateau de fromage : avec ce coffret de dégustation, vous pourrez associer chacun de vos produits laitiers avec un chutney différent. Savourez les fromages de caractère (maroilles, comté, ossau-iraty…) avec le chutney de raisins au muscat et au cumin, et les fromages de chèvre avec le chutney de figues au thym.
*www.lucullusdevalenciennes.fr, 2,85 euros le coffret de 4 x 30 g.*

## Perles cœur liquide

La cuisine moléculaire fait des petits ! Si vous avez la flemme de tester la sphérification à la maison (l'action de former des bulles de liquide aromatisées et de les emprisonner derrière une fine peau), offrez-vous une verrine toute faite. Au goût de pomme/gingembre, de citron ou de fraise, ces petites perles qui claquent en bouche orneront aussi bien foie gras, sushis, carpaccios que fromages et glaces. Idéal pour titiller le palet de vos convives !
*www.bienmanger.com, 7,65 euros la verrine de 60 g.*

## Les sirops Monin

Découvrez des saveurs inédites avec les sirops Monin. Barbe à papa, concombre, noisettes grillées, jasmin, bubble gum… Testez près de cent saveurs originales. Dans vos cocktails, mais aussi dans vos préparations culinaires, ces sirops bouleverseront vos papilles !
*www.moninshopping.com, 7,50 euros la bouteille de 70 cl.*

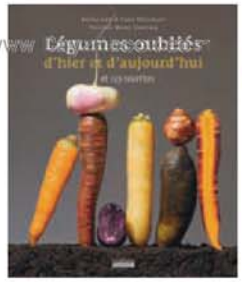
Publi-information
Un dîner presque parfait
Ma recette pour une vaisselle juste parfaite
« Après mon dîner sur le thème des agrumes, j'ai proposé à mes invités une dernière animation… La vaisselle, avec Mon Liquide Vaisselle Mir Vinaigre Pamplemousse Rose* ! »
Julie, hôte de la semaine
MIR Vinaigre
Dégraissage + Parfum*
"Mmm ! Il sent si bon… c'est comme un deuxième dessert !"
"Il m'assure un 10 sur 10 en brillance !"
"Et pour l'ambiance, Michel s'est même déguisé en pamplemousse géant !"
Come Dine With Me © and format rights - ITV Studios Ltd. Licensed by ITV Global Entertainment Ltd 2009 "Un Dîner Presque Parfait" produit par STUDIO 89 Productions - Tous droits réservés
RCS Henkel : Henkel France SA - 92 100 Boulogne Billancourt - RCS Nanterre 552 117 590 - CAP 115 138 508 €
* Parfum de synthèse.
MIR Vaisselle
Gagnez peut-être des cours de cuisine avec un grand chef en jouant sur le site www.mir-vaisselle.fr .
Qualité & Responsabilité** Henkel
Jeu gratuit sans obligation d'achat valable du 16/11/2009 au 15/01/2010, organisé par HENKEL France SA, RCS Nanterre 552 117 590, Siège social : 161 rue de Silly 92100 Boulogne-Billancourt et réservé aux personnes majeures vivant en France métropolitaine (Corse comprise). Règlement complet déposé chez Me Le Honsec, huissier de justice à Rambouillet (78512 Cedex), disponible gratuitement sur simple demande à l'adresse du jeu : MIR VAISSELLE UN DINER PRESQUE PARFAIT – CEDEX 3678 – 99367 PARIS CONCOURS. Tirage au sort effectué par huissier le 22/01/2010 parmi les bonnes réponses aux 3 questions posées. A gagner : 5 cours de cuisine avec un grand chef. Valeur unitaire 980€ TTC, 50 CD « Un diner presque parfait » : 24€ TTC et 50 livres de cuisine « Un diner presque parfait » : 15€ TTC. Jeu limité à une seule participation par foyer (même nom, même adresse). Un gagnant par foyer. Les frais de participation seront remboursés dans les conditions définies dans le règlement complet et les frais de demande d'envoi du règlement remboursés au tarif lent en vigueur (base 20g) dans la limite d'un seul remboursement par foyer sur simple demande écrite accompagnée d'un RIB ou d'un RIP et adressée avant le 22/01/2010 minuit (cachet de la poste faisant foi) à l'adresse du jeu. Conformément à la loi Informatique et Libertés, les participants ont un droit d'accès, de rectification et d'opposition en écrivant à l'adresse du jeu.
0,40 € de réduction
A valoir sur l'achat d'un des produits de la gamme Mir vaisselle
Sur remise de ce bon en caisse, votre magasin vous fera bénéficier de la réduction correspondante. Un seul bon par produit acheté. L'acceptation de ce bon pour tout autre achat entraînera des poursuites. Photocopie interdite. Offre non cumulable et non remboursable, valable uniquement en France métropolitaine (Corse incluse) du 16/11/2009 au 31/08/2010. Henkel France - 92100 Boulogne-Billancourt RCS Nanterre 552 117 590 - CAP 115 138 508 €
N°SOGEC 0026881831

# LECTURES GOURMANDES

**Quelques livres de cuisine à dévorer en librairie.**

## Mon kit de cuisine moléculaire

Un cadeau de Noël très tendance qui va ravir ceux qui ont toujours eu envie de se frotter à la cuisine moléculaire sans jamais oser ! Ce kit – en plus des explications indispensables – fournit le matériel nécessaire pour se lancer : pipettes, tubes, cuillères à perle… Eh oui, qui dit nouvelle cuisine, dit nouveau matériel ! Ce coffret est donc un bon moyen de s'initier sans se ruiner.
*Éd. Marabout, 24,50 euros.*




## Légumes oubliés d'hier et d'aujourd'hui

Les légumes de nos grands-parents reviennent à la mode. Quand on dit rutabaga et topinambour, on pense tout de suite "denrées de guerre". Pourtant, il se cache derrière ces légumes et d'autres (panais, tubéreux, crosne…) des vertus insoupçonnées. Excellents pour la santé et surtout au palais, ces légumes sont à redécouvrir. Ce livre vous permettra d'assouvir votre curiosité et de sauter le pas la prochaine fois que vous rencontrerez ces étranges aliments au marché !
*Éd. Hoëbeke, 30 euros.*

## Take Away

Coup de cœur pour ce beau livre qui contient la bagatelle de 500 photos et 120 recettes ! Vous voyagerez en tournant les pages de *Take Away*. Cette ode à la cuisine de rue est le fruit de dix ans de recherche à travers le monde. Du *fish and chips* londonien au *yakitori* japonais, profitez de ce grand tour d'horizon pour tenter des recettes inédites qui changeront du traditionnel jambon-beurre…
*Éd. Aubanel, 35 euros.*

## 365 bonnes raisons de passer à table

Parce qu'il est important de manger de saison, *365 bonnes raisons de passer à table* suit de près les événements de l'année. Vous trouverez donc dans cet almanach des idées pour cuisiner en toute occasion : Noël, Nouvel An chinois, Premier Avril et même débarquement de Normandie ! Écrit par Stéphane Reynaud, ce livre allie recettes étonnantes et humour. On est fan de ce chef qui a déjà séduit de nombreux lecteurs avec *Cochon & Fils* et *Ripailles*, deux ouvrages quasi incontournables.
*Éd. Marabout, 24,90 euros.*

LESIEUR
Sublimez vos Envies
LESIEUR
Sublimez vos Envies
LESIEUR
Sublimez vos Envies
FRED & FARID MARKETING SERVICES
LESIEUR RCS NANTERRE 457 208 619
POUR VOTRE SANTÉ, MANGEZ AU MOINS CINQ FRUITS ET LÉGUMES PAR JOUR. WWW.MANGERBOUGER.FR

# CRÈME D'ENDIVES VELOUTÉE À L'HUILE DE NOIX

Crédit photo : G. D'ARQUE

Temps de préparation : 35 à 40 mn
4 personnes

## INGRÉDIENTS

www.DayzEbook.com

4 belles endives
2 pommes de terre moyennes épluchées et lavées
6 gousses d'ail
2 cuil. à soupe d'huile de tournesol
¼ l. de crème fraîche liquide
¼ l. de lait
½ l. d'eau
1 tablette de bouillon de volaille
1 carré de fromage frais
10 g. de parmesan
1 cuil. à café d'huile de Noix Lesieur
Croûtons de pain de mie
Petit bouquet de cerfeuil
Sel, poivre

## PRÉPARATION

Détaillez vos endives en 2 dans le sens de la longueur, et ôtez la partie dure du cœur. Emincez les pommes de terre en petites lamelles, et chaque demi-endive en tronçons d'un centimètre de largeur. Lavez puis égouttez-les.
Dans une cocotte, faites chauffer l'huile de tournesol, ajoutez les gousses d'ail, les pommes de terre et les tronçons d'endive. Faites fondre en remuant pendant 5 minutes afin d'éviter toute coloration. Ajoutez le lait, la crème, l'eau, le bouillon de volaille. Salez légèrement, et laissez cuire 20 minutes. Passez le tout au mixer, en ajoutant le carré de fromage frais, le parmesan et une cuillère à café d'huile de Noix Lesieur. Emulsionnez quelques minutes afin d'obtenir un velouté crémeux et mousseux à la fois.
Dressez en petits bols, décorez de petites feuilles de cerfeuil, de croûtons grillés et de quelques gouttes d'huile de Noix Lesieur.

Une gourmandise de saison !

Recette élaborée par Eric Reithler pour Lesieur

SALADES ET CUISINE DU TERROIR

LESIEUR
Sublimez vos Envies

FRED & FARID MARKETING SERVICES LESIEUR RCS NANTERRE 457 ...

# TAGLIATELLES AUX CREVETTES ET POIREAUX

Crédit photo : D. AZAMBRE

Temps de préparation : 20 mn
Temps de cuisson : 20 mn
4 personnes

## INGRÉDIENTS

1,5 cuil. à soupe d'huile de Pépins de Raisin Lesieur
1 cuil. à café de vinaigre balsamique
350 g. de tagliatelles
200 g. de crevettes bouquets décortiquées
200 g. de poireaux lavés et émincés
1 cuil. à café de gingembre en poudre
2 cuil. à soupe de ciboulette hachée
1 oignon rouge
Sel

## PRÉPARATION

Faites chauffer 1 cuillère à soupe d'huile de Pépins de Raisin Lesieur dans une poêle. Ajoutez les poireaux, le gingembre et laissez mijoter à couvert et à feu doux une dizaine de minutes, ajoutez les crevettes puis réservez au chaud. Plongez les tagliatelles dans une grande casserole d'eau bouillante salée, comptez 8 à 10 minutes de cuisson.
Pendant ce temps, préparez le mélange aromatique : ciselez finement la ciboulette, détaillez l'oignon rouge en petits cubes et mélangez avec ½ cuillère à soupe d'huile de Pépins de Raisin Lesieur et 1 cuillère à café de vinaigre balsamique.
Egouttez les tagliatelles, mélangez avec les poireaux et crevettes, rectifiez l'assaisonnement, dressez sur le plat de service chaud et parsemez du mélange aromatique.

Bonne dégustation !

Recette élaborée par Eric Reithler pour Lesieur

CUISINE LÉGÈRE ET SAVOUREUSE

LESIEUR
Sublimez vos Envies

# PINTADE RÔTIE AUX HERBES DU JARDIN

Crédit photo : D. AZAMBRE

Temps de préparation : 15 mn
Temps de cuisson : 60 mn
4 personnes
Cuisson : four préchauffé Th 7 (210°C)

## INGRÉDIENTS

1 belle pintade
2 cuil. à soupe d'huile Lesieur Arachide
1 gros oignon
1 échalote
3 gousses d'ail
1 cube de bouillon de volaille
250 g. de champignons de Paris
2 oranges
1 verre de vin blanc
150 g. de fromage blanc battu
1 petite botte de persil
1 petite botte de cerfeuil
1 petite botte de ciboulette
3 brins d'estragon

## PRÉPARATION

Dans un bol, ciselez les herbes lavées et égouttées (réservez 2 cuillères à soupe pour le décor). Ajoutez le fromage blanc, l'échalote et l'oignon épluchés et taillés en petits dés, et les fines herbes. Salez, poivrez. Farcissez votre volaille de ce mélange et bridez-la pour éviter que la farce ne s'échappe. Dans une cocotte chaude, faites-la dorer de tous côtés avec 2 cuillères à soupe d'huile Lesieur Arachide. Ajoutez les champignons émincés, les gousses d'ail épluchées, le bouillon de volaille, arrosez du jus des 2 oranges et du verre de vin blanc. Couvrez et faites cuire au four Th5 pendant 60 minutes. Réservez votre volaille, égouttez les champignons et faites réduire légèrement le jus avec les gousses d'ail. Mixez le tout quelques instants, puis rectifiez l'assaisonnement. Découpez la pintade. Disposez sur le fond du plat de service chaud les éléments de la farce fondus, déposez les morceaux de pintade, répartissez les champignons, arrosez du jus émulsionné et parsemez de fines herbes. Accompagnez d'une belle batavia croquante et de petites pommes grenailles enrobées d'huile Lesieur Arachide, de fleur de sel, et cuites au four avec la peau.

Bel appétit !

Recette élaborée par Eric Reithler pour Lesieur

L'EXPERT DE LA CUISSON

LESIEUR
Sublimez vos Envies

POUR VOTRE SANTÉ, ÉVITEZ DE GRIGNOTER ENTRE LES REPAS. WWW.MANGERBOUGER.FR

## ACCESSOIRE DE CHEF

# Le siphon

**Qu'est-ce qui différencie un cuisinier du dimanche d'un cordon-bleu ? La technique, certes, mais aussi les accessoires ! Dans chaque numéro, nous vous proposons donc un instrument à ajouter de toute urgence à votre batterie de cuisine.** Par Claire Mione

**Siphon crème** Mastrad, 80 euros.

www.DayzEbook.com

### Le siphon, c'est quoi ?

Un siphon est une bombe qui permet de réaliser chantilly, mousse ou espuma, grâce à l'action du gaz injecté dans la préparation liquide. Très tendance, on voit apparaître cet accessoire dans les mains des grands chefs et des amateurs de bonne chair, que la cuisine soit traditionnelle ou moléculaire.

### Bien le choisir

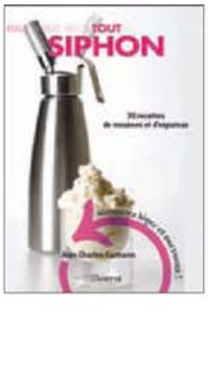
Acheter un siphon et des cartouches, est-ce un luxe ? Il est vrai que cet achat représente un investissement, mais un siphon fera la différence dans vos plats. Il produit une texture très aérée que vous ne retrouverez dans aucune autre préparation ! Il existe deux types de siphons : l'un s'utilise pour les émulsions froides, l'autre garde les émulsions au chaud. Le mieux est d'opter pour le premier car vous pourrez toujours le chauffer au bain-marie si nécessaire. Un siphon coûte entre 30 et 100 euros et les cartouches entre 1 et 10 euros. Pour une famille, un modèle d'un demi-litre suffit largement.

### Comment s'en servir

Il faut savoir qu'une cartouche de gaz est à usage unique et qu'il faut donc la remplacer à chaque utilisation. Avant de confectionner une émulsion froide, laissez votre siphon ouvert dans le frigo (ou rincez-le à l'eau très froide). Réalisez votre préparation, mixez-la au maximum et filtrez-la au tamis pour qu'elle soit parfaitement lisse : c'est la clef de la réussite. Une fois que vous avez versé la mixture dans le siphon, vissez la tête. Insérez la cartouche de gaz dans le porte-cartouche, que vous visserez jusqu'à ce que le gaz pénètre (on entend un léger sifflement). Secouez le siphon la tête en bas et placez-le horizontalement au réfrigérateur pendant au moins 2 heures. Au moment de servir, secouez énergiquement et appuyez sur le piston, le siphon toujours la tête en bas. N'attendez pas car l'émulsion, très aérienne, est éphémère.

### Quelles recettes préparer avec mon siphon ?

Chantilly redoutable, mousses aériennes, espuma, crèmes originales... De nombreuses possibilités s'offrent à vous ! Inspirez-vous des 30 recettes sucrées ou salées de l'ouvrage de référence *Tout siphon*. Au moment de tester votre ustensile, pensez que pour emprisonner les bulles d'air (et donc rendre votre préparation aérienne), il faut de la matière grasse. Crème entière, huile, blanc d'œufs... Oubliez votre régime, ou optez pour de l'agar-agar ou une feuille de gélatine.




***Tout siphon*** Éditions Minerva, 9,90 euros.

**Siphon grand gourmet** M6 Boutique, 59 euros.

# LES SECRETS DU CHOCOLAT CHAUD

**Quoi de meilleur qu'un chocolat chaud pour réchauffer les corps et les cœurs en hiver ? Mais rangez le chocolat en poudre : il sera encore plus doux si vous le préparez "maison".**

Recettes et photos : Cécile et Guillaume Van Santen

www.DayzEbook.com

## 1. Choisissez le bon chocolat

Du chocolat noir, bien entendu, ni trop fort, ni pas assez : l'idéal est qu'il contienne autour de 70 % de cacao. Vous pouvez aussi opter pour un chocolat à pâtisser à 60 % de cacao minimum. Comptez 100 g pour deux tasses.

## 2. Préparez les ingrédients

Toujours pour deux tasses, prévoyez 50 cl de lait demi-écrémé, 10 cl de crème fraîche et une demi-gousse de vanille.

## 3. Faites-le avec amour

Dans une casserole, faites chauffer le lait avec le chocolat et la gousse de vanille fendue. Remuez doucement, avec un fouet, sans vous arrêter. À ébullition, ajoutez la crème fraîche, puis remuez énergiquement jusqu'à la reprise de l'ébullition. C'est prêt !

## 4. Soyez gourmands jusqu'au bout

Soyons fous : pour un chocolat viennois (comme sur la photo), ajoutez à la recette précédente de la chantilly sur le dessus des tasses, puis saupoudrez le tout de cacao amer.

# La variante 100 % calories

www.DayzEbook.com

### Chocolat blanc chaud et ses chamallows

Pour deux tasses : dans une casserole, faites chauffer 50 cl de lait et une demi-gousse de vanille fendue. Lorsque le lait est chaud, ajoutez 100 g de chocolat blanc et 10 cl de crème fraîche. Remuez doucement avec un fouet sans vous arrêter. Lorsque le chocolat a entièrement fondu, servez dans les tasses, ajoutez les chamallows… et retombez en enfance.

# La variante mexicaine

### *Chocolate caliente*

Pour deux tasses : dans une casserole, faites bouillir 40 cl d'eau avec 100 g de chocolat noir amer en morceaux. Remuez à l'aide d'un fouet jusqu'à ce que le chocolat soit mou. Ajoutez une demi-cuillerée à café de Maïzena. Portez à ébullition. Fouettez ensuite le chocolat jusqu'à ce qu'il devienne mousseux. Ajoutez une demi-cuillerée à café de cannelle et une pincée de sel avant de servir.

# ROUGE PÈRE NOËL

**Distillez un soupçon d'esprit de Noël dans votre cuisine en adoptant la couleur rouge !**

1

www.DayzEbook.com

2

3

4

**1. Feuille à pâtisserie.** En fibre de verre et silicone antiadhésive. Mastrad, 22 euros. **2. Boîte à pain rétro.** Typhoon, 65 euros, www.decovente.com **3. Manique pouce rouge**. Mastrad, 8 euros. **4. Théière rouge cerise.** Staub, 130 euros.

www.DayzEbook.com

**5. Spatule à tartiner.** Head Chef, 12 euros environ. **6. Pince à crustacés.** Chef'n, 20 euros environ, www.karis.fr
**7. Machine à expresso X7 rouge.** Illy, 249 euros. **8. Le sac de plat en feutrine.** Caroline Lisfranc, 14 euros, www.carolinelisfranc.com
**9. Spatule thermomètre.** Permet de mélanger et de contrôler la température des préparations. Matfer, environ 40 euros, www.meilleurduchef.com **10. Essoreuse à salade, design Dario Tanfoglio.** Guzzini, 36 euros.

# Un dîner chez Flore

**Elle a charmé les téléspectateurs par son naturel et son énergie. Flore, la finaliste du combat des régions, nous reçoit dans son coquet appartement parisien à l'occasion d'un dîner avec ses proches. Déçue de ne pas avoir remporté l'émission ? Pas du tout. Flore a adoré cette expérience qui a boosté sa nouvelle activité de traiteur... et sa popularité auprès de nombreux admirateurs.**

Reportage : Claire Mione
Photos : Cécile et Guillaume Van Santen

## Menu

Crème de potimarron et foie gras aux épices

Poulet aux morilles et purée de panais

Salade d'oranges à la gelée de Noël

www.Day2Ebook.com

Aussi à l'aise dans sa kitchenette parisienne que dans une cuisine professionnelle, Flore a prévu un doux repas d'hiver pour ses proches. Elle annonce d'emblée : "*Ce soir, on sera cinq, comme dans l'émission !*" Flore a prévu de régaler ses convives avec une soupe de potimarron et sa tranche de foie gras poêlée, un poulet aux morilles accompagné d'une purée de panais et, pour finir sur une touche de fraîcheur, une salade d'oranges à la gelée de Noël. Le dîner s'annonce à la hauteur des quatre fins gourmets que la brune pétillante reçoit. Marine, sa sœur, a fait une école de cuisine, et son mari, Jean-Philippe, est chef dans le restaurant d'un grand hôtel de Bali. Quant à Anne-Laure, sa meilleure amie, et son mari Jean-Louis, ils ont l'habitude de fréquenter de bonnes tables.

## À cent à l'heure !

L'intérieur de l'appartement est chic et féminin : partout des meubles en bois foncés rehaussés de touches bleues et roses. La *working girl* jongle entre mails et appels professionnels avant de se mettre en cuisine. Car si sa nouvelle activité de traiteur avait bien démarré l'année dernière, le combat des régions lui a donné un gros coup de pouce. Depuis, elle est beaucoup sollicitée, notamment par des entreprises très prestigieuses. "*Tout le mois de décembre, je vais travailler sept jours sur sept !*", nous glisse Flore avant de disparaître dans la salle de bains. Notre cordon-bleu revient, pimpante, après avoir enfilé une paire de boucle d'oreilles. "*Il faut toujours être naturelle pour cuisiner, c'est important*", plaisante-t-elle. Au menu de ce soir, donc : cuisine et bonne humeur !

L'activité de Flore est devenue tellement intense depuis cet été qu'elle concède ne pas toujours bien manger : "*Quand je rentre du travail, c'est soupe Liebig !*" Ce soir, elle est donc ravie de pouvoir cuisiner, pour elle et pour ses proches. Flore s'attaque à la soupe de potimarron ("*C'est comme le potiron, mais avec un petit goût de noisette. C'est parfait avec le foie gras.*") Au fur et à mesure qu'elle prépare le dîner, et bien qu'elle soit très organisée, la vaisselle s'amoncelle dans sa petite cuisine. "*Pendant la finale, on laissait tout en bazar ! Quelqu'un nettoyait derrière, c'était génial !*", s'enthousiasme-t-elle. Flore se penche maintenant sur son dessert, ajoute un peu de thé, quelques feuilles de gélatine... "*Je ne sais pas trop ce que je fais, mais ça va être bon !*", rigole-t-elle. Elle prodigue ses conseils amusés : "*Pour la gelée, il faut de la menthe TRÈS fraîche !*", explique-t-elle en sortant un paquet de menthe surgelée.

www.DayzEbook.com

## Plus d'un tour dans son sac

Pour le plat, elle a ramené des morilles de son week-end dans la maison familiale du Jura. Avant de se lancer dans la réalisation du poulet aux morilles, elle s'inspire d'une recette de Jean-François Piège, son parrain lors de l'émission. "*Pour les recettes, je puise mon inspiration dans des livres de cuisine, mais aussi beaucoup sur Internet. Après, je me dis : tiens, je devrais utiliser ça avec ça, ou tester des nouveaux légumes en accompagnement...* " Flore n'hésite pas à avouer qu'elle n'a pas la science infuse, et qu'elle apprend tous les jours. "*Je me suis mise à cuisiner assez récemment, il y a cinq ou six ans.*" Après des études de commerce et trois ans passés en province, elle revient à Paris où elle commence à beaucoup recevoir : "*Quand les gens se sentent bien chez toi, tu veux qu'ils dînent bien aussi !*" Son passé de commerciale a beaucoup aidé notre candidate pour la finale du combat des régions : *"J'ai tout*

"Nous sommes allées à une soirée où il y avait beaucoup de people... et tout le monde voulait voir Flore. Les gens faisaient la queue pour lui parler ! Et elle, elle était sympa, naturelle, comme si tout cela était normal !" Anne-Laure

Après avoir interprété des tubes des années 1980, sa spatule en bois en guise de micro, Flore n'oublie pas de dresser son velouté de potimarron…

*négocié, c'était mon métier précédent. Pour mon repas tout truffes, j'ai trouvé un fournisseur et je lui ai dit :* 'Vous ne pourriez pas me donner quelques produits, et on vous verra un peu sur M6 ?' *Du coup, il m'en a donné plein ! La limousine, je ne l'ai pas payée non plus ! Tout le monde m'a prise pour une riche."* Alors qu'elle laisse son poulet mijoter, elle referme le livre de recettes dont elle s'est inspirée. "*Merci Jean-François !*"

www.DayzEbook.com

Flore profite d'un moment de répit pour filer dans la salle de bains appliquer un rouge à lèvres pétant, le même que dans l'émission. En revenant, elle reçoit un texto d'un admirateur qui s'est débrouillé pour trouver son numéro de portable : "*Tu es une femme acidulée, tellement attachante.*" Flore en rigole, ce n'est pas la première fois : "*J'ai même reçu deux demandes en mariage !*" Son entourage s'amuse beaucoup de cette notoriété soudaine. Anne-Laure raconte : "*Nous sommes allées à une soirée où il y avait beaucoup de people… et tout le monde voulait voir Flore. Les gens faisaient la queue pour lui parler ! Et elle, elle était sympa, naturelle, comme si tout cela était normal !*"

Au moment de l'apéro, Jean-Philippe, le beau-frère qui garde un œil sur les fourneaux, distille ses conseils de chef : "*Mets tes foies gras au congélateur.*" Flore rigole : "*O.K. ! Viens, il y aura au moins un chef dans la cuisine !*" Pour notre finaliste, la cuisine, c'est aussi une affaire de famille. Une famille à qui elle n'hésite pas à demander conseil. En dressant consciencieusement ses assiettes, Flore repense à Jean-François Piège : "*L'assaisonnement, Flore, l'assaisonnement !*" Bien évidemment, le repas est un délice. Les convives sont aux anges du début à la fin. La palme revient au poulet aux morilles et à son odeur envoûtante. Les "*mmmm*" fusent autour de la table, et la purée de panais remporte un franc succès, surtout auprès de Jean-Louis : "*C'est quoi la purée de panais ? Je croyais que le panais, c'était du poisson…* " Il n'en fallait pas plus pour provoquer un fou rire à Flore : "*Le poisson panais ! C'est magnifique !*" ■

Depuis qu'elle a abandonné son métier de commerciale pour devenir traiteur, il y a juste un an, tout roule pour notre finaliste ! Avec sa bonne humeur et ses talents culinaires, Flore a ravi de nombreux clients.

**Retrouvez Flore sur : www.florecuisine.com**

L'entrée de
Flore

www.DayDown.com

# Crème de potiron et foie gras aux épices

5 personnes Préparation : 20 min Cuisson : 40 min

FACILE €€€ COÛTEUX

## LE MARCHÉ

- **2 petits potimarrons**
- **2 échalotes**
- **1 blanc de poireau**
- **1 cube de bouillon type Knorr**
- **5 belles escalopes de foie gras frais**
- **Mélange 4 épices**
- **Sel et poivre**

## PRÉPARATION

**1.** Épluchez les potimarrons et coupez-les en morceaux.
**2.** Dans une cocotte, faites suer les échalotes et le blanc de poireau. Ajoutez-y le potimarron. Faites suer à nouveau, puis mouillez à hauteur avec un cube de bouillon. Couvrez et laissez cuire jusqu'à ce que le potimarron soit tendre (environ 30 minutes).
**3.** Mixez avec le jus de cuisson, puis salez et poivrez. Si vous le souhaitez, vous pouvez rajouter de la crème.
**4.** Salez, poivrez et saupoudrez du mélange 4 épices chaque escalope de foie gras.
**5.** Faites chauffer la poêle et saisissez les escalopes (environ une minute de chaque côté).
**6.** Au moment de servir, mettez de la soupe au fond de chaque assiette. Placez une escalope au centre, et parsemez de mélange 4 épices.

### CONSEIL

Comme l'a expliqué Jean-Philippe à Flore, l'idéal est de placer les escalopes quelques minutes au congélateur avant de les saisir. Ainsi, elles se déferont moins pendant la cuisson.

www.DayzEbook.com

Le plat de
Flore

# Poulet aux morilles
# et purée de panais

5 personnes Préparation : 40 min Cuisson : 1 h

ACCESSIBLE ABORDABLE

## LE MARCHÉ

**Pour le poulet aux morilles :**
- 1 beau poulet fermier de 2 kg
- 50 cl de crème fraîche
- 50 g de morilles séchées
- 1/2 bouteille de vin jaune
- Beurre
- Sel et poivre

**Pour la purée de panais :**
- 5 petits panais
- 50 cl de lait
- 50 cl d'eau
- Crème
- Sel et poivre

## PRÉPARATION

1 **Préparez le poulet aux morilles :**

Quelques heures avant la préparation, mettez les morilles à gonfler dans de l'eau tiède.

www.DayzEbook.com

2 Découpez le poulet en morceaux. Salez-les, poivrez-les et faites-les revenir dans une sauteuse avec un peu de beurre. Couvrez et laissez cuire pendant 20 minutes environ. Retirez du feu et réservez.

>>

>>

3

Dégraissez la cocotte puis versez le vin jaune. Faites réduire un peu et ajoutez la crème fraîche et les morilles. Laissez cuire au coin du feu, le temps que la sauce se lie et épaississe.

4

Versez les morceaux de poulet dans la sauce pour les réchauffer. Rectifiez l'assaisonnement.

5 **Préparez la purée de panais :**

Épluchez les panais et découpez-les en morceaux. Placez-les dans une cocotte et recouvrez-les avec le lait et l'eau.

www.DayzEbook.com

6

Laissez cuire jusqu'à ce que la chair soit tendre (environ 20 minutes). Puis, égouttez les panais en conservant un peu de jus de cuisson.

7

Mixez les panais. Ajoutez un peu de jus de cuisson pour détendre la purée, et un peu de crème si vous le souhaitez. Salez, poivrez et servez avec le poulet.

# Salade d'oranges à la gelée de Noël

5 personnes Préparation : 20 min Réfrigération : 30 min

FACILE BON MARCHÉ

## LE MARCHÉ

- **6 oranges (dont 2 pour le jus)**
- **Thé de Noël**
- **2 feuilles de gélatine**
- **Un brin de menthe**

## PRÉPARATION

**1.** Préparez une tasse de thé et laissez-la refroidir.
**2.** Pelez les oranges à vif et détaillez-les en quartiers.
**3.** Pressez le jus de deux oranges et ajoutez-y le thé, ainsi que la gélatine.
**4.** Placez les quartiers d'oranges dans des verrines, puis recouvrez de jus (retirez au préalable la gélatine). Réservez au frais.
**5.** Au moment de servir, saupoudrez de menthe fraîche.

www.DayzEbook.com

# La truffe dans le vent

www.DayzEbook.com

**Stop à la routine ! Pour varier les plaisirs et surprendre vos invités, nous vous proposons de décliner un basique en plusieurs recettes originales. Ce mois-ci, variations autour de l'incontournable truffe de Noël.**

Recettes et photos : Cécile et Guillaume Van Santen

l'originale

## Truffes au chocolat de grand-mère Françoise

dessert | Pour 30 à 40 truffes | Préparation : 15 min | Repos : 2 h | Réfrigération : 1 h

FACILE | BON MARCHÉ

### LE MARCHÉ

- **250 g de chocolat à pâtisser**
- **100 g de beurre demi-sel**
- **2 jaunes d'œufs**
- **2 c. à s. d'extrait de café liquide**
- **100 g de cacao amer**

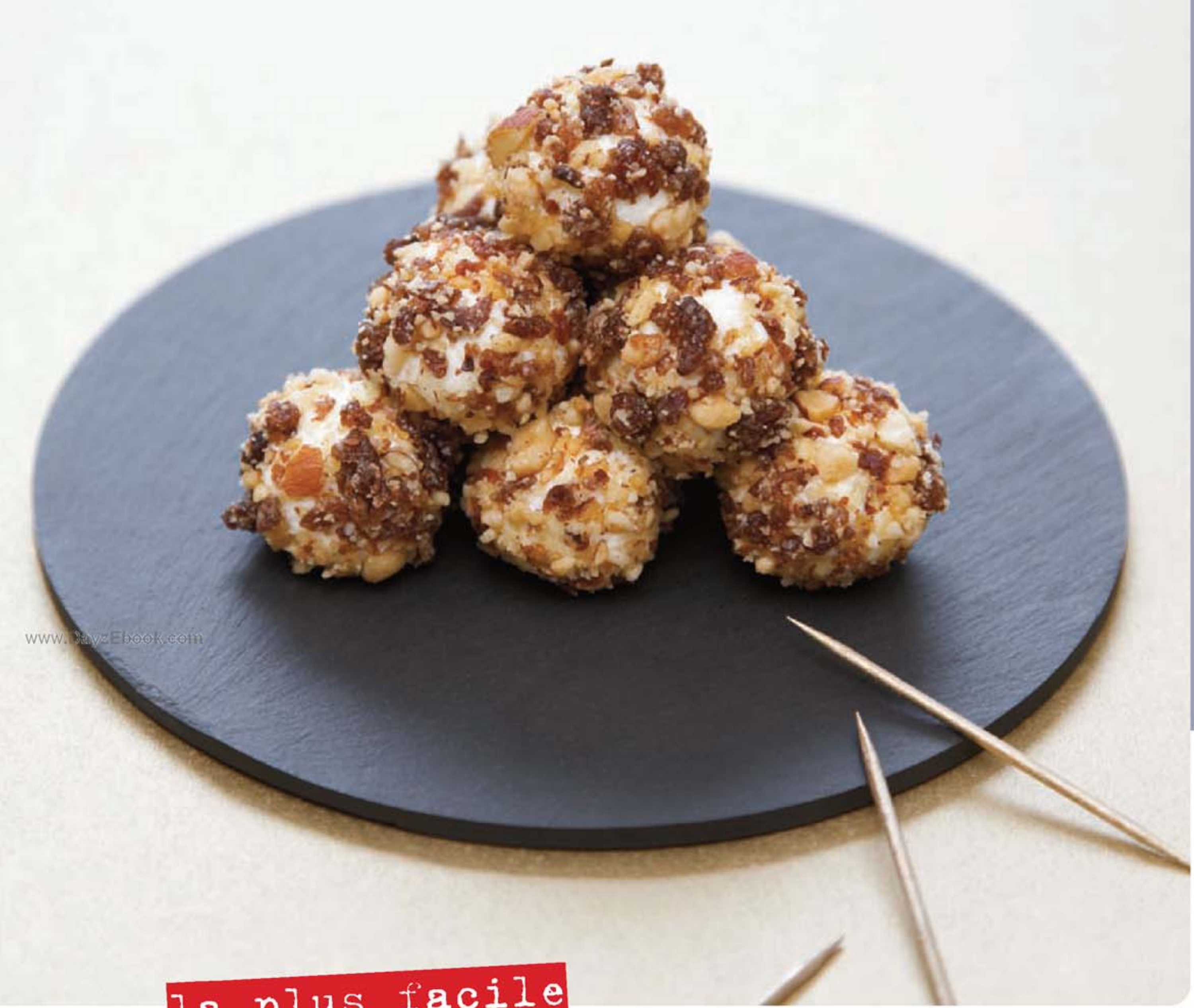
### PRÉPARATION

**1.** Dans une casserole, faites fondre le beurre et le chocolat à feu doux. Remuez très souvent avec une cuillère en bois. Une fois le mélange liquide, retirez du feu et laissez reposer 15 minutes. Ajoutez les jaunes d'œufs et l'extrait de café, mélangez, puis laissez refroidir jusqu'à l'obtention d'une pâte solide (environ 2 h).

**2.** Disposez du cacao dans une assiette. Prenez une noisette de pâte, roulez-la entre les paumes puis dans le cacao plusieurs fois de suite.

**3.** Disposez les truffes dans une assiette, et mettez-les au réfrigérateur pendant une heure.

Pour varier les plaisirs, vous pouvez remplacer le cacao par 100 g de pralines, de grains de café concassés ou d'un mélange paprika/piment d'Espelette (80 g/20 g). D'autres variantes sont possibles : laissez parler vos envies !



la plus facile

# Truffes de chèvre frais aux fruits secs, cœur de figue

apéritif | Pour 15 à 20 truffes · Préparation : 15 min · Réfrigération : 1 h

FACILE · BON MARCHÉ

### LE MARCHÉ

- **250 g de bûche de chèvre frais**
- **1 c. à s. de crème fraîche**
- **50 g de figues séchées**
- **100 g de fruits secs salés**

### PRÉPARATION

**1.** Mélangez le chèvre avec une cuillerée à soupe de crème fraîche. Concassez les fruits secs (quelques secondes au mixeur) et coupez les figues en petits morceaux.

**2.** Confectionnez une petite boule de chèvre autour d'un morceau de figue, puis roulez cette truffe dans le mélange de fruits secs. Disposez dans un plat de service avec un cure-dent pour l'attraper facilement.

**3.** Placez 1 heure au réfrigérateur avant de servir.

# Truffes de foie gras aux trois façons

**apéritif** | 4 personnes (12 truffes) | Préparation : 15 min | Cuisson : 2 h 30 | Réfrigération : 24 h

ACCESSIBLE | COÛTEUX

## LE MARCHÉ

- **250 g (1/2 lobe) de foie gras**
- **1 kg de gros sel**
- **3 tranches de pain d'épices**
- **50 g de cacao amer**
- **50 g d'amandes effilées**
- **Poivre du moulin**

## PRÉPARATION

**1.** Poivrez généreusement le foie gras. Dans une terrine, placez une couche de gros sel, le foie gras, puis le reste du gros sel. Le lobe entier doit être au contact du sel. Laissez "cuire" 2 h 30 dans un endroit tiède ou à four très bas (avec cette technique, il faut compter une heure de cuisson pour 100 g de foie gras).

**2.** Sortez le foie gras du sel, nettoyez-le puis coupez-le en douze morceaux. Posez un morceau sur du film alimentaire que vous roulerez jusqu'à obtenir une boule. Répétez l'opération avec les morceaux restants et placez les truffes ainsi créées au réfrigérateur pendant 24 heures.

**3.** Sécher les trois tranches de pain d'épices au four (150 °C) pendant 45 minutes. Laissez-les refroidir et passez-les au mixeur. Ôtez les gros morceaux et gardez la poudre.

**4.** Juste avant de servir, répartissez, dans des assiettes séparées, le cacao, la chapelure de pain d'épices et les amandes effilées brisées. Sortez les boules de foie gras et roulez-en quatre dans chaque assiette.

Vous pouvez servir avec un chutney et du pain grillé ou du pain d'épices tranché très finement.

# Truffes de Saint-Jacques au sésame, mousse safranée

**entrée** | 4 personnes | Préparation : 25 min | Cuisson : 5 min

FACILE | €€ ABORDABLE

## LE MARCHÉ

- **12 noix de Saint-Jacques**
- **100 g de graines de sésame**
- **20 cl de crème fraîche**
- **1 g de safran en poudre**

## PRÉPARATION

**1.** Préparez la mousse safranée : dans une petite casserole, faites chauffer la crème avec le safran en poudre et un peu de sel. Lorsque la préparation a pris une belle couleur jaune, retirez du feu et laissez bien refroidir. Montez-la ensuite en chantilly et réservez au frais (il est également possible de verser la préparation dans un siphon).
**2.** Disposez le sésame dans une assiette. Poêlez les Saint-Jacques avec du beurre, deux minutes par face à feu très vif. Passez les Saint-Jacques dans le sésame (seulement les deux faces), puis enfilez-les sur une petite brochette. Servez avec la mousse safranée.

www.Dayzebook.com

Recette d'Emmanuelle d'Avignon

la plus douce

# Truffes au caramel de beurre salé

**dessert** | Pour 40 truffes | Préparation : 15 min | Repos : 2 h | Réfrigération : 1 h | FACILE | BON MARCHÉ

## LE MARCHÉ

- **120 g de chocolat noir à 65 % de cacao environ**
- **10 cl de crème liquide**
- **40 g de sucre cristallisé**
- **30 g de beurre demi-sel**
- **100 g de cacao amer**

## PRÉPARATION

**1.** Hachez finement le chocolat et réservez. Dans une casserole, portez la crème à ébullition.

**2.** Versez le sucre dans une seconde casserole. À feu vif, chauffez-le à sec en remuant jusqu'à ce qu'il commence à se colorer. Lorsqu'il a une belle couleur ambrée, retirez-le du feu et ajoutez le beurre, puis la crème bouillante. Incorporez le chocolat haché et continuez de remuer jusqu'à ce qu'il soit bien fondu.

**3.** Versez cette préparation dans un récipient tapissé d'un papier sulfurisé, et laissez refroidir 2 heures.

**4.** Démoulez la préparation et formez des petites boules. Versez le cacao dans une assiette et roulez les boules plusieurs fois dedans. Placez une heure au réfrigérateur.

Vous pouvez servir ces truffes avec un coulis de fruit rouges et une crème à la menthe (obtenue en chauffant du lait avec de la menthe fraîche, puis en ajoutant un jaune d'œuf et du sucre à feu doux).

# des menus de fêtes !

www.DayzEbook.com

Cette année, c'est vous qui recevez pour les fêtes. Mais comment faire mieux que tata Suzanne l'an dernier ou éviter le désastre de votre cousin Gérard l'année précédente ? En vous inspirant des candidats d'*Un dîner presque parfait*, par exemple ! Révisez vos classiques avec la dinde farcie, le pressé de foie gras, la cassolette d'escargots ou les langoustines grillées, mais n'oubliez pas d'innover avec les macarons au foie gras ou les bûchettes de Noël revisitées. Entre recettes, astuces et conseils, vous aurez toutes les cartes en main pour préparer votre festin !

Photos recettes : Studio Guy Renaux

www.DayzEbook.com

Recette d'Alain d'Amiens

# Soupe angevine, brochettes de Saint-Jacques et toasts aux deux saumons

**apéritif** | 5 personnes | Préparation : 15 min | Cuisson : 30 min | FACILE | €€ ABORDABLE

## LE MARCHÉ

**Pour la soupe :**
- 1 louche de jus de citron vert
- 1 louche de liqueur d'orange
- 1 louche de sucre de canne
- 1 bouteille de crémant

**Pour l'accompagnement :**
- 10 noix de Saint-Jacques
- 10 gambas sauvages
- 1 pavé de saumon frais
- 2 tranches de saumon fumé
- 10 toasts
- Huile d'olive parfumée

## PRÉPARATION

**1.** Dans une soupière, mettez une louche de jus de citron vert, une louche de liqueur d'orange, une petite louche de sucre de canne et ajoutez au dernier moment une bouteille de crémant. Gardez ensuite la soupe au réfrigérateur.

**2.** Pour les brochettes, faites mariner les noix de Saint-Jacques et les gambas dans l'huile d'olive parfumée aux épices de votre choix. Mettez-les sur des pics et faites sauter les brochettes à la poêle, environ 3 minutes sur chaque face. Servez chaud.

**3.** Pour les toasts aux deux saumons, faites cuire un pavé de saumon frais à la vapeur. Attendez qu'il refroidisse, émiettez-le et placez-le dans un mixer. Coupez deux tranches de saumon fumé en morceaux. Mixez le tout. Attention, si vous mixez trop longtemps, vous obtiendrez de la mousse et non des rillettes (mais c'est excellent quand même). Servez sur des toasts grillés, avec la soupe et les brochettes.

# 8 IDÉES REÇUES SUR LE CHAMPAGNE

**Philippe Defleur, sommelier et "coach vin" pour ProDégustation, nous remet les idées en place.**

**1. On peut trouver de très bons champagnes à 10 euros.**
**FAUX.** Dans cette gamme de prix, il vaut mieux opter pour un bon crémant ! Le rapport qualité/prix/plaisir sera bien meilleur. Le prix n'est pas un gage de qualité pour le champagne, mais les bouteilles intéressantes que j'ai récemment goûtées démarraient rarement avant 18 euros. Les grandes débutant autour de 40 euros, il y a de belles trouvailles à faire entre ces deux gammes.

**2. Pour plaire à tout le monde, il existe des marques incontournables.**
**FAUX.** Chaque marque a son propre style – intensité de la bulle et de la mousse, notes aromatiques, texture en bouche, acidité – et chaque consommateur son propre goût. Certains aimeront les bulles fines et intenses d'un Nicolas Feuillatte, d'autres préféreront l'effervescence soutenue et les bulles moyennes d'un Ruinart.

**3. Brut ou demi-sec, c'est une question de sucre.**
**VRAI.** À la fin de la préparation du champagne, le vigneron effectue le "dosage" en introduisant une "liqueur d'expédition" : un mélange de vin de réserve avec du sucre de canne très pur. La quantité de sucre résiduel va déterminer le type de champagne. Un demi-sec en contient environ trois fois plus qu'un brut.

**4. Le champagne rosé, c'est juste du marketing.**
**VRAI ET FAUX.** C'est vrai qu'il existe un effet de mode. Mais le champagne rosé est un vin traditionnel, qui utilise deux méthodes d'élaboration particulières – macération courte de la peau et du jus, et assemblage de vins blancs et de vins rouges. Certains bons rosés peuvent s'accorder avec des viandes rouges légères et des fromages.

www.DayzEbook.com

**5. Mettre une bouteille au congélateur "casse" le champagne.**
**VRAI ET FAUX.** Le choc thermique n'a pas d'incidence sur les bulles, mais le froid risque de perturber la dégustation en amplifiant la saveur acide du champagne.

**6. On dit "sabler" et pas "sabrer" le champagne.**
**FAUX.** Les deux mots désignent des choses différentes. "Sabler" est le fait de servir le champagne très frais, voire glacé, alors que "sabrer" est la technique pour ouvrir une bouteille avec un sabre.

**7. Une flûte, c'est mieux qu'une coupe.**
**VRAI.** La flûte préserve les bulles et les arômes plus longtemps que la coupe. Mais je conseille d'oublier flûtes et coupes, et d'opter pour le verre à champagne, plus efficace encore.

**8. Pour garder du champagne ouvert, il faut mettre une cuillère dedans.**
**FAUX.** Aucune cuillère, même en argent, ne conservera la moindre bulle. Pour garder un champagne ouvert, la seule solution est d'utiliser un bouchon hermétique qui lui permettra de tenir 18 heures au réfrigérateur.

**ProDégustation, cours et ateliers d'œnologie dans toute la France. www.prodegustation.com**

# Cocktail au champagne

apéritif | 5 personnes | Préparation : 10 min | FACILE | ABORDABLE

**LE MARCHÉ**
- 1 bouteille de champagne
- 35 cl de liqueur d'orange
- 15 cl de jus de citron
- 1 grappe de raisin
- Glace pilée

**PRÉPARATION**

**1.** Mélangez le jus de citron et la liqueur d'orange dans les verres.
**2.** Ajoutez de la glace pilée.
**3.** Au dernier moment, remplissez les verres de champagne frais et décorez avec des grains de raisin.

Recette pour enfant

# Champagne sans alcool

apéritif | 1 personne | Préparation : 5 min | FACILE | BON MARCHÉ

**LE MARCHÉ**
- 4 cl de jus de pamplemousse
- 2 cl de jus d'orange
- 1 verre de limonade

**PRÉPARATION**

**1.** Versez le jus de pamplemousse et le jus d'orange dans un shaker. Frappez les ingrédients.
**2.** Ajoutez la limonade et servez le liquide bien frais dans une flûte ou une coupe à champagne.

www.GayzEbook.com

Recette de Laëtitia de Paris

# Huîtres gratinées au sabayon de champagne

**apéritif** | 5 personnes | Préparation : 20 min | Cuisson : 20 min | ACCESSIBLE | ABORDABLE

## LE MARCHÉ

- 10 huîtres
- 2 jaunes d'œufs
- 2 c. à s. de crème fraîche
- 20 cl de champagne
- Safran
- Sucre
- Sel et poivre

www.DayzEbook.com

## PRÉPARATION

**1.** Ouvrez les huîtres, videz-les avec leur eau dans un saladier et réservez les coquilles.

**2.** Cassez 2 jaunes d'œufs dans un cul-de-poule, salez, poivrez, sucrez. Fouettez le tout jusqu'à blanchiment.

**3.** Ajoutez le champagne et le safran. Fouettez le tout au bain-marie pendant 10 minutes, jusqu'à l'obtention d'un appareil crémeux et compact.

**4.** Fouettez en chantilly 2 grosses cuillerées à soupe de crème fraîche épaisse.

**5.** Incorporez la chantilly au sabayon de façon à ne pas le liquéfier. Poivrez les huîtres et enfournez en mode gril pendant 7 minutes. Servez chaud.

### LEXIQUE

### Blanchir les jaunes d'œufs

Il s'agit de mélanger au fouet jaunes d'œufs et sucre en poudre jusqu'à l'obtention d'un mélange blanc et mousseux. Pourquoi cette pratique est-elle indispensable ? Tout simplement pour éviter que le sucre ne "cuise" les œufs. Car s'il reste trop longtemps au contact des jaunes sans y être mélangé, le sucre va former de petits grumeaux.

# Macarons au foie gras et sa compotée d'oignons

**apéritif** | 5 personnes | Préparation : 50 min | Cuisson : 20 min | Réfrigération : 3 h

ÉLABORÉ | ABORDABLE

## LE MARCHÉ

- 1 bloc de foie gras
- Compotée d'oignons en bocal
- 3 blancs d'œufs
- 30 g de sucre en poudre
- 210 g de sucre glace
- 125 g de poudre d'amandes
- Colorant alimentaire jaune
- Sel

## PRÉPARATION

www.DayzEbook.com

**Préparez les coques de macarons :**

**1.** Dans le bol d'un robot pâtissier, montez les blancs d'œufs en neige consistante mais pas trop ferme, en ajoutant au fur et à mesure le sucre en poudre. Ajoutez pendant la montée quelques gouttes de colorant alimentaire et une pincée de sel.

**2.** Dans un saladier, tamisez la poudre d'amandes et mélangez-la au sucre glace.

**3.** Dans le bol contenant les blancs en neige, incorporez progressivement le mélange poudre d'amandes et sucre glace, en retournant le tout à la spatule en silicone jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse et brillante formant un ruban.

**4.** Sur une plaque en métal recouverte de papier sulfurisé, formez des dômes de pâte à l'aide d'une poche à douille et d'un embout lisse. Laissez ces dômes reposer pendant 30 minutes, puis enfournez-les à 155 °C chaleur tournante pendant 19 minutes.

**5.** Une fois sortis du four, laissez les dômes devenus des coques refroidir quelques minutes sur le papier sulfurisé, puis décollez-les délicatement.

**Préparez l'assemblage :**

**6.** Constituez les macarons en déposant, entre deux coques aux dimensions similaires, une rondelle de foie gras et une fine couche de compotée d'oignons. Attention, l'assemblage se fait doucement car les coques sont encore un peu fragiles.

**7.** Réservez au réfrigérateur pendant 3 heures environ avant de servir.

www.DayzEbook.com

www.DayzEbook.com

# Velouté de châtaignes au foie gras

**entrée** | 5 personnes | Préparation : 15 min | Cuisson : 35 min

FACILE | €€€ COÛTEUX

## LE MARCHÉ

- **400 g de châtaignes cuites en bocal**
- **4 tranches de foie gras frais**
- **2 c. à s. de crème fraîche liquide**
- **1 carotte**
- **1 oignon**
- **1 gousse d'ail**
- **1 branche de céleri**
- **1 bouquet garni**
- **Quelques pluches de cerfeuil**
- **1 c. à s. d'huile d'olive**
- **Sel et poivre**

## PRÉPARATION

**1.** Épluchez et émincez la carotte. Pelez et hachez l'oignon ainsi que la gousse d'ail. Détaillez la branche de céleri en morceaux.
**2.** Versez un filet d'huile d'olive dans une cocotte posée sur feu doux et faites revenir tous ces légumes pendant 5 minutes.
**3.** Ajoutez les châtaignes et le bouquet garni. Couvrez d'1 litre d'eau. Salez et poivrez.
**4.** Portez la préparation à ébullition, puis laissez mijoter à feu moyen pendant 20 minutes environ.
**5.** Mixez et ajoutez la crème fraîche.
**6.** Poêlez le foie gras. Dressez dans une assiette creuse le velouté avec une tranche de foie gras et décorez avec un peu de cerfeuil.

www.DayzEbook.com

# Pressé de foie gras aux figues et aux pommes

**entrée** 5 personnes Préparation : 30 min Régrigération : 1 nuit

ACCESSIBLE COÛTEUX

## LE MARCHÉ

- **Un foie gras frais**
- **200 g de figues sèches**
- **2 pommes Golden**
- **Pousses d'épinard**
- **Vinaigre balsamique**
- **Huile d'olive**
- **Moutarde de Meaux**
- **Sel et poivre**

## PRÉPARATION

**1.** Coupez le foie gras en tranches épaisses. Poêlez-les 1 minute de chaque côté, puis laissez-les refroidir sur une grille. Réservez la graisse.

**2.** Hachez les figues sèches et malaxez-les avec deux cuillerées à soupe de graisse de cuisson du foie gras.

**3.** Faites cuire de fins quartiers de pommes avec de la graisse de foie.

**4.** Dans une terrine, disposez une couche de tranches de foie, une couche de préparation à la figue, une autre couche de tranches de foie, une couche de quartiers de pommes et finissez par des tranches de foie. Gardez une nuit au frais.

**5.** Accompagnez de tranches de pain légèrement grillées et d'une tombée de jeunes pousses d'épinard assaisonnée d'une vinaigrette au vinaigre balsamique.

Recette de Claude de Dijon

# Cassolette d'escargots

**entrée** 6 personnes | Préparation : 15 min | Cuisson : 30 min | ACCESSIBLE | ABORDABLE

## LE MARCHÉ

- **6 douzaines d'escargots en conserve**
- **800 g de champignons de Paris**
- **50 g de beurre**
- **50 cl de crème fraîche épaisse**
- **1 court-bouillon (oignon, bouquet garni et vin blanc)**
- **3 échalotes hachées**
- **1 branche d'estragon**
- **Persil**

## PRÉPARATION

www.PayzEbook.com

**1.** Lavez les champignons. Émincez-les et faites-les suer dans 20 g de beurre.
**2.** Pochez les escargots quelques minutes au court-bouillon, puis égouttez-les.
**3.** Faites blondir les échalotes dans le reste du beurre. Ajoutez les champignons et les escargots. Laissez-les suer quelques minutes.
**4.** Incorporez la moitié de la crème épaisse et faites mijoter à feu doux environ 15 minutes. Salez, poivrez et persillez. Placez le mélange dans de petites cassolettes individuelles.
**5.** Battez l'autre moitié de la crème avec l'estragon. Nappez les escargots et glacez au four quelques instants. Servez chaud.

## À SAVOIR

### Quelle variété d'escargot ?

Il existe quatre variétés d'escargots, mais en matière de goût, deux sont à privilégier...

**L'escargot de Bourgogne**
Le Bourgogne (*Helix pomatia*), reconnaissable à sa coquille brune striée de blanc, est l'escargot traditionnellement mangé en France, préparé en coquille et au beurre persillé. Le succès de sa taille imposante et de sa saveur fine a conduit à son extinction sur le territoire national. Aujourd'hui, ces escargots sont importés de Grèce et des pays de l'Est.

**Le Petit-Gris**
En matière de goût, le Petit-Gris (*Helix aspersa*) est le nec plus ultra ! Vous reconnaîtrez cet escargot grâce à sa coquille jaunâtre, rehaussée d'une spirale brune. Le Petit-Gris provient souvent d'élevages très répandus sur la façade atlantique, notamment en Charente. Ses qualités gustatives sont assurées !

www.DayzEbook.com

# Mystère gourmand autour d'une perle noire

**entrée** | 5 personnes | Préparation : 30 min | Cuisson : 2 h 30 | ACCESSIBLE | COÛTEUX

www.DayzEbook.com

## LE MARCHÉ

**Pour le mystère :**
- 1 foie gras déveiné
- 1 belle truffe
- 10 figues séchées
- 1 anis étoilé
- 1 c. à s. de cannelle
- 15 cl de marsala
- Sel et poivre de Sechuan

**Pour la confiture d'oignons :**
- 500 g d'oignons rouges
- 10 cl crème de cassis
- 10 cl d'eau
- 200 g de sucre

## PRÉPARATION

**Préparez le mystère :**

**1.** Laissez mariner le foie déveiné durant 24 heures avec le marsala, le poivre, le sel, l'anis étoilé et la cannelle.
**2.** Dans un moule, superposez une couche de foie gras et une couche de figues séchées. Répétez l'opération et terminez avec une couche de truffes en lamelles.
**3.** Laissez cuire 50 minutes au bain-marie.

**Préparez la confiture d'oignons :**

**4.** Laissez compoter sur feu doux les oignons, la crème de cassis, l'eau et le sucre, avec du sel et du poivre, durant 1 h 30.
**5.** Sur une tranche de pain d'épices, déposez une part de foie gras avec une cuillerée de confiture d'oignons.

### À SAVOIR
### Choisir ses truffes

Achetez vos truffes brossées et lavées, vous éviterez ainsi les mauvaises surprises. Une bonne truffe est ferme au toucher et très parfumée. Sa chair est marbrée, couleur chocolat. Vous ne trouverez qu'exceptionnellement ce produit sur les marchés. Le plus simple reste de se procurer les truffes en conserve. On en trouve sous différentes formes (brossées, en morceaux, en pelures ou en brisures...), et à des prix plus ou moins onéreux.

# VINS ET REPAS DE FÊTE

**Le sommelier Philippe Defleur et toute l'équipe de ProDégustation ont sélectionné des vins qui s'accorderont à merveille avec vos plats de fête.**

## Avec du foie gras

**Tout dépendra de l'accompagnement...**

- AOC mercurey blanc (pour un foie gras nature).
- AOC gevrey-chambertin (pour le foie gras au poivre).
- AOC jurançon (pour un foie gras accompagné d'un chutney de mangue).
- AOC gaillac doux (pour un foie gras aux abricots secs).

## Avec des crustacés

**Choisir un bon vin blanc ou même un rosé !**

**Vins blancs :**
- Alsace riesling.
- Champagne blanc de blanc.
- Languedoc: limoux chardonnay.
- Loire : savennières, coteaux-du-giennois.
- Bourgogne : meursault 1er cru.
- Rhône: saint-péray.

**Vins blancs secs :**
- Alsace sylvaner (AOC).
- Loire : anjou (AOC), jasnières (AOC), menetou-salon (AOC), sancerre (AOC).
- Sud-Ouest : bergerac (AOC), jurançon (AOC).
- Bourgogne : pouilly-fuissé (AOC), chassagne-montrachet (AOC), puligny-montrachet (AOC).
- Bordeaux : graves (AOC).

**Vin rosé :**
- Provence : côtes-de-provence (AOC).

www.DayzEbook.com

## Avec de la volaille

**Pour accompagner dindes et chapons, on ne se limite pas au vin rouge...**

**Vins blancs :**
- Bourgogne : saint-aubin, puligny-montrachet 1er cru.
- Jura : arbois chardonnay.
- Bordeaux : pessac-léognan.
- Loire : saumur.
- Sud-Ouest : jurançon sec.

**Vins blancs secs :**
- Bourgogne : chablis 1er cru (AOC).

**Vins rouges :**
- Bourgogne : bonnes-mares, vosne-romanée (AOC), aloxe-corton (AOC), morey-saint-denis, santenay (AOC).
- Bordeaux : saint-émilion (AOC), pomerol (AOC).
- Loire : chinon (AOC), santenay (AOC), volnay (AOC).

## Avec un dessert

**Pour finir en beauté, et accompagner vos bûches et autres douceurs...**

**Vins blancs :**
- Alsace gewurztraminer.
- Alsace muscat.

**Vins blancs moelleux ou liquoreux :**
- Alsace pinot gris vendanges tardives.
- Roussillon : rivesaltes (VDN AOC).

**Vins blancs mousseux ou pétillants :**
- Champagne (AOC).
- Rhône : clairette de Die (AOC).

**Vins rouges :**
- Roussillon : banyuls (VDN AOC), maury (VDN AOC).

**ProDégustation, cours et ateliers d'œnologie dans toute la France. www.prodegustation.com**

# Langoustines rôties, agrumes et asperges vertes

**plat** | 4 personnes | Préparation : 45 min | Cuisson : 50 min | ÉLABORÉ | ABORDABLE

## LE MARCHÉ

- **12 langoustines**
- **12 asperges vertes**
- **1 clémentine**
- **1 pamplemousse rose**
- **1 orange**
- **1 oignon**
- **1 échalote**
- **1 bouquet garni (thym et laurier)**
- **100 g de beurre**
- **3 c. à c. de concentré de tomates**
- **4 c. à s. d'huile d'olive**
- **Sel et poivre**

## PRÉPARATION

**1.** Décortiquez les langoustines en gardant les queues. Réservez les têtes. Pelez à vif la moitié du pamplemousse et détachez les quartiers en éliminant les membranes. Épluchez la clémentine, passez-la 30 secondes dans l'eau bouillante pour mieux éliminer la peau blanche.

**2.** Dans un mortier, écrasez les têtes de langoustines. Faites-les revenir dans deux cuillerées à soupe d'huile d'olive, puis ajoutez l'oignon et l'échalote hachés. Continuez la cuisson quelques minutes, couvrez d'eau, ajoutez le bouquet garni, le concentré de tomates, et laissez cuire 20 minutes, à feu doux et à couvert. Filtrez et transvasez dans une casserole. Ajoutez le jus du demi-pamplemousse et le jus d'orange. Faites réduire. Incorporez le beurre en petits morceaux et assaisonnez. Maintenez au chaud, au bain-marie.

**3.** Faites cuire les asperges à l'eau bouillante, puis rafraîchissez-les. Égouttez et réservez. Saisissez les langoustines 2 minutes, dans 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Disposez dans les assiettes les langoustines, les asperges, les quartiers de pamplemousse et d'orange et nappez le tout de beurre d'agrumes.

Recette de Sophie-Caroline de Paris

# Fleur de mer lovée dans son magret de canard fumé et sa purée de châtaignes

**plat** | 5 personnes | Préparation : 20 min | Cuisson : 15 min. | FACILE | €€ ABORDABLE

www.DayzEbook.com

## LE MARCHÉ

**Pour les fleurs de mer :**
- **30 grosses noix de Saint-Jacques**
- **30 tranches de magret de canard**
- **Huile d'olive**
- **Sel noir d'Hawaii**

**Pour la purée de châtaignes :**
- **1 bocal de châtaignes sous vide**
- **1 cube de bouillon de poulet**
- **40 g de beurre**
- **1 c. à s. de crème fraîche épaisse**
- **Sel et poivre**

## PRÉPARATION

**1.** Prenez les noix, entourez-les d'une à deux tranches de magret (suivant la grosseur de la tranche) en les faisant tenir avec un cure-dent en bois. Conservez-les au réfrigérateur.
**2.** Versez les châtaignes dans une poêle à bords hauts, puis ajoutez-y de l'eau à hauteur. Incorporez-y le beurre, ainsi que le cube de bouillon. Laissez frémir durant 10 bonnes minutes.
**3.** Mixez le tout en y ajoutant la crème fraîche, le sel et le poivre. La purée peut se réchauffer au micro-ondes sans s'altérer.
**4.** Faites revenir les noix à la poêle, 2 minutes de chaque côté, en les poivrant. Au moment de servir, disposez deux grains de sel noir d'Hawaii dessus.
**5.** Dressez la purée de châtaignes en accompagnement et servez rapidement.

Comment réaliser

# une farce traditionnelle ?

## LE MARCHÉ

**Pour une volaille d'environ 4 kg :**

- **300 g de veau haché**
- **100 g de foie de volaille ou de gésiers**
- **100 g de lardons**
- **2 œufs**
- **30 g de mélange de fruits secs (noix, noisettes, pignons)**
- **3 tranches de pain de mie rassis trempées dans du lait**
- **6 cl de porto (ou Grand Marnier ou banyuls...)**
- **2 échalotes**
- **2 gousses d'ail**
- **1 petite botte de persil**
- **1 c. à c. de mélange 4 épic es**
- **Sel et poivre**

## PRÉPARATION

**1.** Épluchez et taillez ail, échalotes et persil. Faites suer les échalotes sans les colorer. Déglacez avec le porto et réservez.

**2.** Faites sautez les lardons à feu vif, puis réduisez le feu. Ajoutez les foies de volaille et faites-les revenir (ils doivent rester rosés). Après refroidissement, découpez-les en dés réguliers et réservez.

**3.** Détaillez les tranches de pain de mie imbibées de lait et réservez. Concassez les fruits secs.

**4.** Dans un saladier, réunissez le hachis de veau et les œufs entiers. Ajoutez les foies de volaille sautés, les lardons, les échalotes, l'ail et le persil. Ajoutez les fruits secs concassés. Terminez en ajoutant les morceaux de pain et en assaisonnant (mélange 4 épices, sel et poivre).

**5.** Couvrez hermétiquement et placez au frais pendant une bonne heure.

www.DayzEbook.com

# Marbré de la ferme et ses légumes à l'ancienne

**plat** | 5 personnes | Préparation : 1 h 30 | Cuisson : 2 h environ (selon la taille du chapon) | ÉLABORÉ | ABORDABLE

## LE MARCHÉ

**Pour le marbré :**
- 1 chapon fermier
- 500 g de pommes de terre
- 1 truffe
- 2 c. à s. de cognac

**Pour la farce :**
- 1 foie de volaille
- 40 cl de crème fraîche allégée
- 250 g de champignons frais (chanterelles, cèpes…)
- 2 gousses d'ail
- 1 oignon
- 1 pincée d'herbes de Provence
- 20 noix de cajou
- 1 poignée d'amandes effilées
- Huile d'olive

## PRÉPARATION

**1.** Désossez entièrement la volaille (à l'aide d'une lame de cutter) en veillant à ne pas déchirer la peau.
**2.** Faites revenir dans un peu d'huile d'olive les champignons, l'ail, l'oignon, les noix de cajou, les amandes effilées et le foie de volaille. Rajoutez la crème fraîche et les herbes de Provence en fin de cuisson.
**3.** Étalez cette farce sur la peau du chapon, puis roulez l'ensemble de manière à réaliser un rôti. Maintenez le tout avec une ficelle de boucher.
**4.** Mettez à four chaud (225 °C) et arrosez régulièrement avec le jus de cuisson (adaptez le temps en fonction de la taille du chapon).
**5.** Pour l'accompagnement, faites cuire les pommes de terre et écrasez-les dans un saladier à l'aide d'une fourchette en rajoutant de l'huile d'olive de qualité. En fin de préparation, ajoutez les éclats de truffe que vous obtiendrez à l'aide d'un économe.
**6.** Flambez au cognac devant les convives, puis servez à l'assiette.

### ASTUCE
#### Laisser refroidir

Il est conseillé de faire cuire ce chapon assez tôt et de le laisser refroidir. Ainsi les tranches de viande pourront être découpées avec plus de facilité. Au moment de servir, l'ensemble peut être réchauffé au micro-ondes sans altérer le goût du plat.

Recette d'Emmanuel de Toulouse

# Foie gras rose à la compotée de violette et pommes de terre vitelottes

www.DayzEbook.com

**plat** | 5 personnes | Préparation : 40 min | Cuisson : 20 min

ACCESSIBLE | €€€ COÛTEUX

## LE MARCHÉ

- **1 foie gras frais d'environ 700 g**
- **5 cl de sirop de violette**
- **5 feuilles de gélatine**
- **10 pommes de terre vitelottes**
- **Farine**
- **Sel rose de l'Himalaya et poivre**

## PRÉPARATION

**1.** Dénervez un lobe de foie gras frais d'environ 700 grammes, salez-le (au sel rose de l'Himalaya), poivrez et farinez.

**2.** Laissez tremper les feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide pendant 15 minutes et essorez-les. Ajoutez le sirop de violette et réservez.

**3.** Coupez le foie en tranches épaisses (environ 2 centimètres) et saisissez les morceaux à la poêle.

**4.** Sur un lit de pommes de terre vitelottes cuites à la vapeur et coupées en rondelles, servez une tranche de foie gras et parsemez de gélatine à la violette.

### À SAVOIR

### Déveiner un foie gras

Pour être exact, on ne dénerve pas un foie gras mais on le déveine. Pourquoi ? Parce qu'il n'y a pas de nerfs dans le lobe ! Il s'agit donc de retirer minutieusement les veines du foie gras. Commencez par tremper celui-ci dans du lait salé pendant deux heures, puis égouttez-le sur un torchon. Séparez le petit lobe du grand, et attelez-vous d'abord au grand en le posant bien à plat. Cherchez les veines, puis soulevez-les à l'aide d'un couteau. Sur le site www.atelierdeschefs.fr, vous trouverez une vidéo explicative très utile !

www.DayzEbook.com

www.DayzEbook.com

# Blanc de dinde aux truffes et son gratin dauphinois

www.DayzEbook.com

**plat** | 5 personnes | Préparation : 20 min | Cuisson : 45 min | ACCESSIBLE | ABORDABLE

## LE MARCHÉ

**Pour la dinde :**
- 5 tranches de blanc de dinde
- 2 truffes
- 1/2 oignon
- 25 cl de crème liquide
- Beurre
- Huile

**Pour le gratin dauphinois :**
- 1 kg de pommes de terre
- 50 cl de lait
- 50 cl de crème liquide
- Noix de muscade
- Sel et poivre

## PRÉPARATION

**Préparez la dinde :**

**1.** Découpez une feuille d'aluminium. Étalez le blanc de dinde dessus et disposez 2 à 3 lamelles de truffe au centre.

**2.** Roulez la préparation et faites cuire en papillote à 180 °C, de 10 à 15 minutes.

**3.** Faites revenir un demi-oignon dans une noisette de beurre et un filet d'huile. Ajoutez la crème liquide et un peu de truffe râpée. Servez le roulé de dinde avec cette sauce.

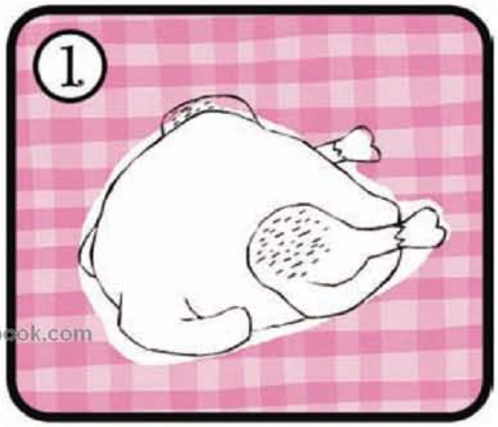
**Préparez le gratin dauphinois :**

**4.** Préchauffez le four à 180 °C. Épluchez les pommes de terre sans les laver. À l'aide d'une mandoline, taillez-les en forme de chips.

**5.** Versez les pommes de terre dans un grand saladier. Salez, poivrez et ajoutez de la noix de muscade. Mélangez bien.

**6.** Beurrez et aillez un plat à gratin. Versez-y les pommes de terre et recouvrez du mélange lait/crème. Salez et poivrez à nouveau. Enfournez 45 minutes environ. Vérifiez la cuisson en insérant un couteau dans le gratin : si la pointe s'enfonce facilement, c'est que les pommes de terre sont cuites !

# Comment découper une volaille ?

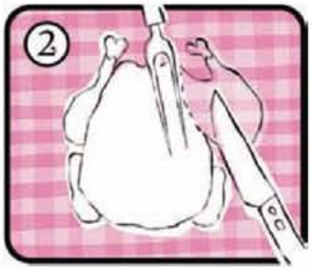


## Lancez-vous !

**N'ayez crainte, une volaille, ce n'est pas si difficile à découper ! Il s'agit juste de savoir par où commencer. Petit cours accéléré...**

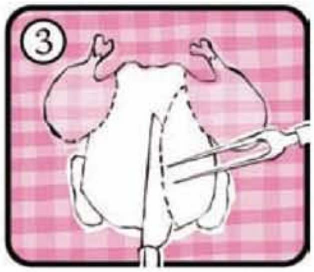
Illustration : Élodie Rigolet

www.CrazyEbook.com



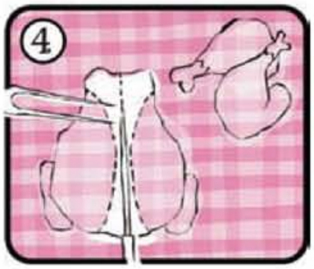
### Les cuisses

À l'aide d'une grande fourchette, stabilisez votre volaille et commencez par les cuisses. Tranchez-les en descendant vers l'articulation. Vous pouvez couper les cuisses en deux, entre le pilon et la cuisse, s'il s'agit d'une grosse volaille.



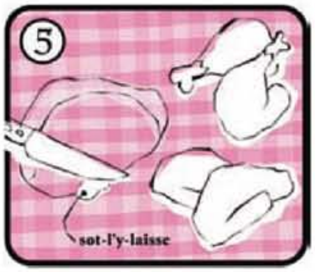
### Les ailes

Soulevez l'articulation des ailes avec votre fourchette et tranchez au niveau du bréchet (l'articulation entre le cou et le sommet de l'aile). Désossez les morceaux.



### Les blancs

Découpez les filets le long de la carcasse. Détachez les blancs attenants au bréchet. Si la volaille est grosse, taillez les blancs en plusieurs morceaux.




### Les sot-l'y-laisse

N'oubliez pas les sot-l'y-laisse (qui portent si bien leur nom). Retournez votre volaille et, à l'aide d'une cuillère, retirez ces morceaux logés dans la carcasse. Ils sont situés de chaque côté de la colonne dorsale, à proximité de la jointure de la cuisse.

# Dinde aux parfums d'Orient

**plat** | 4 personnes | Préparation : 40 min | Trempage : 2 h | Cuisson : 2 h 15

ACCESSIBLE | ABORDABLE

## LE MARCHÉ

- **1 dinde fermière de 2 kg (vidée par le boucher) et son foie**
- **1 petit-suisse**
- **15 abricots moelleux**
- **100 g de raisins secs**
- **70 g d'amandes concassées**
- **4 belles pommes**
- **1 c. à s. de miel**
- **1 c. à s. de cannelle en poudre**
- **1 petit verre de cognac**
- **Sel et poivre du moulin**

## PRÉPARATION

**1.** Dans un saladier d'eau tiède, laissez tremper les raisins secs pendant 2 heures. Égouttez-les puis mixez-en la moitié avec le foie de dinde, le petit-suisse, la moitié des abricots grossièrement découpés, le miel et la cannelle. Salez et poivrez.

**2.** Préchauffez le four à 210 °C. Farcissez la dinde, bridez-la, piquez la peau, salez, poivrez et enfournez 2 heures. Retournez-la régulièrement en l'arrosant du jus de cuisson.

**3.** Sortez la dinde du four et remplacez-la par les pommes lavées et évidées. Laissez cuire 15 minutes environ. Pendant ce temps, récupérez un peu du jus de cuisson de la dinde et recouvrez celle-ci de papier aluminium.

**4.** Dans une poêle, versez le jus de cuisson et le cognac, puis faites revenir pendant quelques minutes le reste des abricots en morceaux et des raisins secs, ainsi que les amandes. Garnissez les pommes de cette farce et servez-les avec la dinde.

www.DayzEbook.com

Un dîner presque parfait

Recette inédite !

# Bar à l'orange et sauce à la clairette de Die

plat | 4 personnes | Préparation : 25 min | Cuisson : 1 h

ACCESSIBLE | COÛTEUX

## LE MARCHÉ

- 1 bar (1,5 kg environ) préparé par le poissonnier
- 4 oranges non traitées
- 2 carottes
- 5 échalotes
- 1/2 bouquet de persil
- 4 brins de thym
- 20 g de beurre
- 10 cl de crème fraîche épaisse
- 5 cl de vin blanc
- 10 cl de clairette de Die
- 25 cl de fumet de poisson
- 4 c. à s. d'huile d'olive
- Sel et poivre du moulin

www.PayxEbook.com

## PRÉPARATION

**1.** Préchauffez le four à 210 °C. Lavez et prélevez les zestes de 2 oranges. Pressez le jus de 3 oranges et coupez la dernière en rondelles. Dans un plat à four, déposez 3 échalotes émincées et les carottes coupées en rondelles. Arrosez de 2 cuillerées à soupe d'huile, saupoudrez de persil haché et de thym effeuillé, salez et poivrez.

**2.** Incisez le bar de chaque côté puis déposez-le sur les légumes. Glissez les rondelles d'oranges à l'intérieur du poisson, puis arrosez-le de jus d'orange et de l'huile restante. Salez et poivrez. Mettez le plat au four (40 à 50 minutes) et arrosez le bar régulièrement de jus de cuisson.

**3.** Pour la sauce, faites revenir 2 échalotes finement émincées dans le beurre chaud pendant trois minutes. Incorporez le vin blanc et laissez réduire le volume de moitié. Ajoutez le fumet de poisson chaud, mélangez et laissez réduire à nouveau. Incorporez la crème fraîche et faites encore réduire un peu. Hors du feu, ajoutez la clairette de Die. Salez, poivrez et servez avec le poisson.

### À SAVOIR

### Choisir son bar

Le bar est un poisson relativement coûteux. Alors, au moment de l'acheter, il ne faut pas se tromper ! Pour bien choisir votre bar, privilégiez une chair ferme, repérez les écailles les plus brillantes et adhérentes, et prêtez attention aux yeux : ils ne doivent pas être enfoncés (ce n'est pas synonyme de fraîcheur !). Le bar est généralement vendu entier. Le plus recherché par les gourmets est le "bar de ligne", pêché à la ligne et commercialisé en France avec une étiquette à l'ouïe où sont inscrits le nom du bateau et le lieu de la pêche.

# Bûchettes revisitées

**dessert** 5 personnes | Préparation : 50 min | Cuisson : 15 min | Réfrigération : 2 h

ACCESSIBLE | BON MARCHÉ

## LE MARCHÉ

**Pour la crème vanille :**
- 1 gousse de vanille
- 2 jaunes d'œufs
- 25 cl de lait entier
- 10 cl de crème fleurette entière
- 60 g de sucre en poudre
- 2 c. à. s. rases de Maïzena

**Pour la mousse au chocolat :**
- 100 g de chocolat noir
- 3 œufs
- 30 g de beurre

**Pour le biscuit :**
- 4 œufs
- 120 g de sucre
- 100 g de farine
- 10 cl de café fort

**Pour le coulis :**
- 150 g de chocolat au lait
- 15 cl de crème liquide

## PRÉPARATION

www.DayzEbook.com

**Préparez la crème vanille :**

**1.** Préchauffer le four à 180 °C.
**2.** Portez le lait à ébullition avec la gousse de vanille fendue et grattée. Retirez du feu et laissez infuser.
**3.** Mélangez les jaunes d'œufs et le sucre dans un bol, puis ajoutez la Maïzena. Ajoutez le lait chaud sans cesser de mélanger. Versez la préparation dans une casserole et faites épaissir à feu doux en mélangeant constamment.
**4.** Fouettez la crème en chantilly puis incorporez-la délicatement à la crème pâtissière à l'aide d'une spatule. Réservez au frais.

**Préparez la mousse au chocolat :**

**5.** Faites fondre le chocolat avec le beurre au bain-marie. Laissez refroidir 5 minutes. Ajoutez les jaunes d'œufs. Battez les blancs en neige ferme, puis incorporez-les délicatement à la préparation chocolatée. Réservez au frais.

**Préparez le biscuit :**

**6.** Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Fouettez les jaunes et le sucre dans un bol jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez la farine et mélangez bien.
**7.** Battez les blancs en neige. Incorporez-les délicatement au mélange précédent. Répartissez la pâte dans un moule à génoise recouvert de papier sulfurisé, en lissant la surface à l'aide d'une spatule. Faites cuire entre 12 et 15 minutes, puis enveloppez le biscuit dans un linge humidifié.
**8.** Découpez des disques dans le biscuit à l'aide de cercles. Imbibez-les de café, puis disposez un disque au fond d'un cercle et alternez les couches de mousse au chocolat, de crème vanille et de biscuit imbibé. Terminez par une belle couche de mousse au chocolat. Placez au frais pendant 2 heures minimum.
**9.** À la dernière minute, réalisez un coulis de chocolat en faisant fondre le chocolat au lait et la crème liquide dans une casserole. Versez sur les bûchettes et servez aussitôt.

www.Day2Ebook.com

Recette de Romain de Paris

# Minipommes d'amour

**dessert** | 5 personnes | Préparation : 15 min | FACILE | BON MARCHÉ

## LE MARCHÉ

- **6 pommes Golden**
- **500 g de sucre en morceaux**
- **100 g de beurre**
- **1 c. à s. de jus de citron**
- **2 c. à s. d'eau**
- **1 c. à s. de colorant alimentaire rouge**

## PRÉPARATION

**1.** Lavez les pommes et formez des petites boules à l'aide d'une cuillère parisienne. Plantez une pique en bois dans chaque boule en guise de queue.
**2.** Dans une casserole, versez le sucre, l'eau, le jus de citron et le beurre coupé en petits morceaux. Mélangez avec une cuillère en bois jusqu'à ce que le sirop commence à dorer.
**3.** Retirez la casserole du feu et versez le colorant rouge.
**4.** Trempez chaque pomme dans le caramel de manière à recouvrir complètement le fruit. Plongez les pommes d'amour dans un saladier d'eau bien froide pour faire durcir le caramel.

Un dîner presque parfait

Recette inédite!

www.DayzEbook.com

# Bûche chocolat/orange

**dessert** 8 personnes Préparation : 1 h Cuisson : 20 min

ACCESSIBLE ABORDABLE

## LE MARCHÉ

**Pour la génoise :**

- **4 œufs**
- **80 g de fructose**
- **100 g de farine**
- **15 g de cacao en poudre**

**Pour la crème au chocolat :**

- **3 feuilles de gélatine**
- **50 cl litre de lait demi-écrémé**
- **4 jaunes d'œufs**
- **10 g de fructose**
- **10 g de Maïzena**
- **20 g de cacao en poudre**

**Pour le sirop :**

- **2 dl d'eau**
- **15 g de fructose**
- **Les zestes d'une orange non traitée**

**Pour la sauce à l'orange :**

- **4 oranges**

**Pour le décor :**

- **Noix de coco râpée**

## PRÉPARATION

**Préparez la crème au chocolat :**

**1.** Ramollissez les feuilles de gélatine dans un saladier d'eau froide. Faites bouillir le lait. Fouettez les jaunes d'œufs avec le fructose, puis ajoutez la Maïzena, le cacao et le lait chaud. Mettez la préparation sur feu vif et portez à ébullition sans cesser de remuer. Incorporez la gélatine tout en mélangeant bien. Laissez refroidir.

**Préparez le sirop :**

**2.** Portez à ébullition l'eau, le fructose et les zestes d'orange. Réservez.

**Préparez la sauce à l'orange :**

**3.** Faites réduire, sur feu vif, le jus des 4 oranges jusqu'à l'obtention d'un sirop.

**Préparez la génoise :**

**4.** Montez les blancs en neige. Dans un saladier, faites blanchir le sucre et les jaunes d'œufs. Ajoutez la farine et le cacao, et mélangez fermement. Incorporez délicatement les blancs en neige. Étalez la pâte obtenue sur une plaque recouverte d'aluminium et enfournez 10 minutes à 180 °C. À la sortie du four, posez la génoise, avec sa feuille d'aluminium, sur un torchon mouillé. Laissez tiédir.

**Montez la bûche :**

**5.** Détachez la génoise de l'aluminium et déposez-la sur un papier sulfurisé. Badigeonnez généreusement de sirop, puis étalez, à l'aide d'une spatule, la crème au chocolat (gardez-en un peu pour le nappage final). Roulez avec précaution le biscuit sur lui-même. Serrez-le dans un film alimentaire, puis placez-le pendant 30 minutes au frais. À la sortie, ôtez le film, puis recouvrez la bûche d'une fine couche de crème au chocolat. Parsemez de noix de coco râpée. Servez les tranches nappées de sauce à l'orange.

Recette de Solen d'Orléans

# Poire pochée et sa glace aux marrons

**dessert** 5 personnes Préparation : 1 h 10 Congélation : 4 h

ACCESSIBLE ABORDABLE

www.DayzEbook.com

## LE MARCHÉ

**Pour la glace aux marrons :**

- **250 g de crème de marrons**
- **1 gousse de vanille**
- **40 cl de lait**
- **2 c. à s. de crème fraîche**
- **3 jaunes d'œufs**
- **100 g de sucre**
- **1 c. à s. de rhum (facultatif)**

**Pour la poire pochée aux épices :**

- **5 poires**
- **50 cl d'eau**
- **200 g de sucre**
- **1 bâton de cannelle**
- **4 clous de girofle**
- **Gingembre**
- **1 c. à c. de vanille liquide**
- **5 g de thé de Ceylan**

## PRÉPARATION

**Préparez la glace aux marrons :**

**1.** Assouplissez la crème de marrons avec 1 cuillerée à soupe de rhum et 2 cuillerées à soupe de crème fraîche.

**2.** Portez à ébullition le lait avec la gousse de vanille fendue. Dans un saladier, battez les jaunes d'œufs avec le sucre. Versez le lait bouillant dessus et remettez sur feu très doux jusqu'à ce que la crème nappe la cuillère. Ne faites pas bouillir.

**3.** Laissez refroidir et ajoutez la crème de marrons. Versez dans la sorbetière, faites prendre pendant 20 minutes, puis placez au congélateur pendant 4 heures minumum.

**Préparez la poire pochée :**

**4.** Faites bouillir l'eau avec le sucre, le bâton de cannelle, les clous de girofle, du gingembre et l'extrait de vanille liquide.

**5.** Ôtez la casserole du feu, ajoutez-y le thé de Ceylan. Couvrez et laissez infuser 3 minutes. Filtrez.

**6.** Remettez la casserole sur feu très doux avec les poires épluchées et épépinées. Laissez cuire 30 minutes.

**7.** Dressez chaque poire dans une assiette, accompagnée d'une boule de glace aux marrons.

# DÉCO NOIR ET BLANC

**Vivez la tendance : dépoussiérez les codes de Noël et créez des tables élégantes en noir et blanc, avec des reflets d'argent pour accentuer le contraste. L'heure est à la fête… et à la mode !**

Shopping : Christy Granja - Photos : David Nakache

www.DayzEbook.com

## Petits prix

Une idée de cadeau d'invité peu onéreuse et absolument dans le vent.
*Boîtes en forme de dés, Côté Table, 9,90 euros et 5,50 euros.*

## Métal chic

Le ton est donné, la soirée est lancée.
*Plats apéro Métallic chic, Eurodif, 12,99 euros.*
*Dessous de verre, Ikea, 9,90 euros pièce.*
*Verres, Côté Table, 4,90 euros pièce.*
*Chemin de table, Eurodif, 12,99 euros.*

## Luxe et volupté

Les petites bougies sapin se consumeront lentement, laissant les ronds de serviette scintiller. Une belle soirée en perspective.
*Nappe (15,99 euros), chemin de table (12,99 euros), verres à eau (2,99 euros), chez Eurodif. Assiette de présentation (22,50 euros), assiette (9,90 euros), ronds de serviettes (3,50 euros), flûtes à champagne (2,50 euros), verres à vin (2,30 euros) et six bougies (7,50 euros), chez Côté Table.*

## Une poule sur un mur

Ici, elle ne picore pas du pain dur, mais orne le sapin et la maison, et mise sur le contraste.
*Décorations poule, cœur et petites boules, Ikea, de 5,99 euros à 7,99 euros.*

## Ambiance jeu

En famille, on retrouve l'enthousiasme de l'enfance autour de jeux simples. Sans toutefois échapper à la sophistication du design.
*Jeu de morpion, Côté Table, 25,50 euros.*

# DÉCO NOIR ET BLANC

## Touche lumineuse

Quelques reflets argentés pour illuminer les tables de fête.
*Photophores Nickel, Côté Table, 19,50 euros les trois.*

## Sac à malice

Les petits souliers destinés au père Noël se transforment en pochettes à remplir de cadeaux ou à emporter en voyage.
*Pochette, La cerise sur le gâteau, 18 euros.*

## Pratique et esthétique

Jeu de serviettes en papier, pour personnaliser facilement sa table.
*Lunch, 33 x 33, par 20, 2,50 euros.*
*Cocktail, 25 x 25, par 20, 2,10 euros.*
*Chez Eurodif.*

www.DayZEbook.com

## High Tech

Les LED apparaissent aussi sur les tables.
*Sous-verre lumineux Luxpod, Osram, 9,90 euros.*
*Plat (8,97 euros), photophores (7,50 euros), chez Ikea.*

## Plaid chaleureux

Ce plaid en laine bouillie se présente dans une authentique pochette en tarlatane, mais adopte un motif contemporain.
*Iparralde, 150 x 150 cm (68,80 euros), chez Artiga.*

## Feutre et lumière

Le feutre passe de la mode à la déco, s'invite sur le sapin et éclaire toutes les pièces de la maison.
*Guirlande lumineuse, Ikea, 9,99 euros.*

**Carnet d'adresses**
Artiga : 05 58 47 71 61
Côté Table : www.verceral.com
Ikea : www.ikea.fr
Eurodif : www.eurodif.com
Osram : www.osram.com
La cerise sur le gâteau : www.lacerisesurlegateau.fr
Les invasions éphémères : www.lesinvasionsephemeres.com

## Les stickers ont la cote

Décor de rêve délicatement collé sur le mur. *Sapin (49,95 euros) et Pluie de boules (49,95 euros), chez Les invasions éphémères.*

www.DayzEbook.com

# Noël chez nos voisins

**Vous désirez pimenter votre repas traditionnel ? Découvrez comment nos voisins européens célèbrent Noël et empruntez-leur quelques idées pour animer votre réveillon.**

www.DayZEBook.com

Texte : Claire Mione

## *Traditions originales*

### Estonie

Le soir du 24 décembre, en Estonie, on se rend au sauna avant la messe de Noël. Après s'être bien réchauffés pendant vingt minutes (dans une chaleur à 70 °C), les Estoniens se jettent dans la neige ! Ainsi ressourcés, ils se jugent d'attaque pour bien finir l'année.

### Irlande

En Irlande, on appelle Little Christmas la période qui précède Noël. Avant de partir pour l'office (ou le pub...), les familles laissent sous le sapin un verre de whisky pour le père Noël et des carottes pour ses rennes.

### Allemagne

Le jeudi qui précède Noël, c' est la Klöpfelnacht. Certaines personnes portant des masques terrifiants et agitant des crécelles tapent aux portes des maisons en faisant le plus de vacarme possible. Une tradition qui évoque Joseph et Marie cherchant un toit dans Bethléem.

## Traditions séduction

### Lituanie
À Noël, le jeu de "bonne aventure" est destiné aux célibataires ou aux jeunes couples. Les convives écrivent le nom de la personne qu'ils (ou elles) aiment (bien). Les papiers sont alors mélangés dans un grand bol. Si le convive tire le nom qui lui correspond du premier coup, cela signifie que l'amourette éventuelle se transformera en mariage.

### Bulgarie
Pour la jeune femme bulgare, les fêtes sont aussi l'occasion de déclarer sa flamme. Noël commence officiellement aux douze coups de minuit : c'est le Koleda. Les jeunes filles célibataires et les jeunes mariées préparent le kravaï, un pain spécial tressé ou troué, pour leur *koledar* (homme) favori.

### Suède
Quand on offre un cadeau à un ami ou à un membre de sa famille, on l'accompagne de quelques vers en rimes. On appelle ça des "coups de Noël". C'est une tradition ancienne : jadis, les Suédois jetaient un paquet chez leur voisin, qui contenait des rimes ironiques, voire incisives. Aujourd'hui, pour ceux qui manquent d'inspiration, on trouve même dans le commerce des vers prérédigés.

## Traditions familiales

### Danemark
Après le dîner de Noël, le patriarche s'isole dans la pièce où se trouve le sapin. Il allume une à une les bougies pendant que le reste de la famille attend impatiemment derrière la porte. Tout le monde forme ensuite une ronde autour de l'arbre, et chacun choisit un chant de Noël à entonner.

### Pologne
La coutume veut qu'au moment du repas de Noël, les parents placent de la paille entre la nappe et la table. Chaque enfant prend les brins un à un. Celui qui trouve le plus long vivra plus longtemps ou se mariera pendant l'année (la coutume s'adapte à l'âge ou aux envies !).

## Traditions facétieuses

### Espagne
Le 28 décembre, c'est un peu le poisson d'avril de Noël des Espagnols. Amis et familles se défient et se font des farces. Par exemple, on annonce une fausse nouvelle à son entourage : "Papa, Maman, je suis enceinte !" Il existe une forme plus typique de plaisanterie : accrocher une petite poupée dans le dos de ses proches, sans qu'ils s'en aperçoivent.

## Traditions lumineuses

### Belgique
Si le réveillon de Noël est familial, cela n'empêche pas les Belges de sortir de chez eux pour vivre un moment unique. À Bruxelles par exemple, ils viennent en nombre sur la Grand-Place pour assister, à minuit pile, à l'illumination de milliers de bougies.

www.DayzEbook.com

### Portugal
Le soir du réveillon, il est d'usage (pour ceux qui possèdent une cheminée) de faire brûler un tronc d'olivier ou de châtaignier. Plus la bûche est grosse, plus elle met de temps à se consumer et plus l'année sera prospère. Pour gâter sa bonne étoile, on doit conserver les cendres jusqu'au jour de l'An !

## Traditions généreuses

### Italie
Les Italiens offrent douceurs et gourmandises à leurs proches, leurs collègues et leurs voisins. Ce sont, le plus souvent, des gâteaux à l'effigie du père Noël ou de Jésus.

### Angleterre
Au Royaume-Uni, le Boxing Day désigne la journée qui suit Noël. *Boxing* ne fait pas allusion aux boîtes d'emballage ouvertes la veille, mais aux cadeaux offerts aux livreurs réguliers ou aux facteurs, par exemple. Le Boxing Day, c'est l'équivalent de nos étrennes, mais le lendemain de Noël. On peut aussi en profiter pour se débarrasser de certains cadeaux...

www.DayzEbook.com

Dans chaque numéro, Grégory vous présente une recette tout en images. À l'occasion des fêtes, le vainqueur du combat des régions s'est lancé dans un mariage terre et mer très fin et très facile à réaliser. Photos : Studio Guy Renaux

# Noix de Saint-Jacques en petit salé

**plat** | 4 personnes | Préparation : 40 min | Cuisson : 1 h 30 | FACILE | ABORDABLE

## LE MARCHÉ

- 12 grosses noix de Saint-Jacques
- Un saucisson à cuire (ou un cervelas cru)
- 400 g de lentilles vertes du Puy
- 75 cl de bouillon de volaille
- 20 cl de vin blanc
- 2 gousses d'ail
- Le jus d'un demi-citron jaune
- 20 cl de crème fraîche épaisse
- 20 cl de crème liquide
- 4 c. à s. d'huile
- 1 feuille de laurier
- 25 g de brisures de truffes (facultatif)

## PRÉPARATION

www.DayzEbook.com

**1**

**La sauce**
Dans une casserole, portez à ébullition 20 cl de crème liquide et 10 g de brisures de truffe. Rajoutez une c. à s. de jus de citron et émulsionnez au mixer à main.

**CONSEIL**
Les brisures de truffes conviennent très bien aux plats qui ne nécessitent pas de présentation en morceaux. Avantages : elles sont moins chères et se conservent longtemps (parfois plusieurs années).

>>

»

**2**

### Les lentilles "comme un risotto"

Mettez les lentilles à cuire dans une casserole d'eau salée (départ à froid) pendant 15 minutes. Lorsqu'elles sont presque cuites (encore un peu croquantes), égouttez-les.

**3**

Dans une casserole, faites revenir les gousses d'ail, préalablement écrasées avec le plat du couteau, dans un peu d'huile. Ajoutez-y les lentilles et le vin blanc. Laissez évaporer en remuant, puis ajoutez le bouillon de volaille.

www.DayzEbook.com

**4**

Ajoutez la feuille de laurier et laissez cuire à ébullition 25 minutes environ. Lorsque le liquide s'est complètement évaporé, versez la crème fraîche, remuez et retirez du feu.

**ASTUCE**

Faites tremper l'ail quelques minutes dans de l'eau tiède pour que sa peau soit plus facile à retirer. Une fois la gousse épluchée, coupez-la en deux puis positionnez les faces planes contre le plan de travail. Écrasez-les avec le plat d'un couteau pour en extraire les saveurs.

**5**

### Les Saint-Jacques

Dans une poêle bien chaude et légèrement huilée, faites revenir les noix de Saint-Jacques en prenant soin de caraméliser chaque face.

**6**

### Les frites de saucisson

Faites cuire le saucisson dans de l'eau bouillante, puis trempez-le 30 secondes dans de l'eau glacée. Retirez la peau et découpez douze "frites" de 10 cm de longueur et de 1 cm de côté. Saisissez-les sur chaque face avec un peu d'huile.

7

**Le dressage**
Au centre d'une assiette, déposez quelques cuillerées de lentilles.

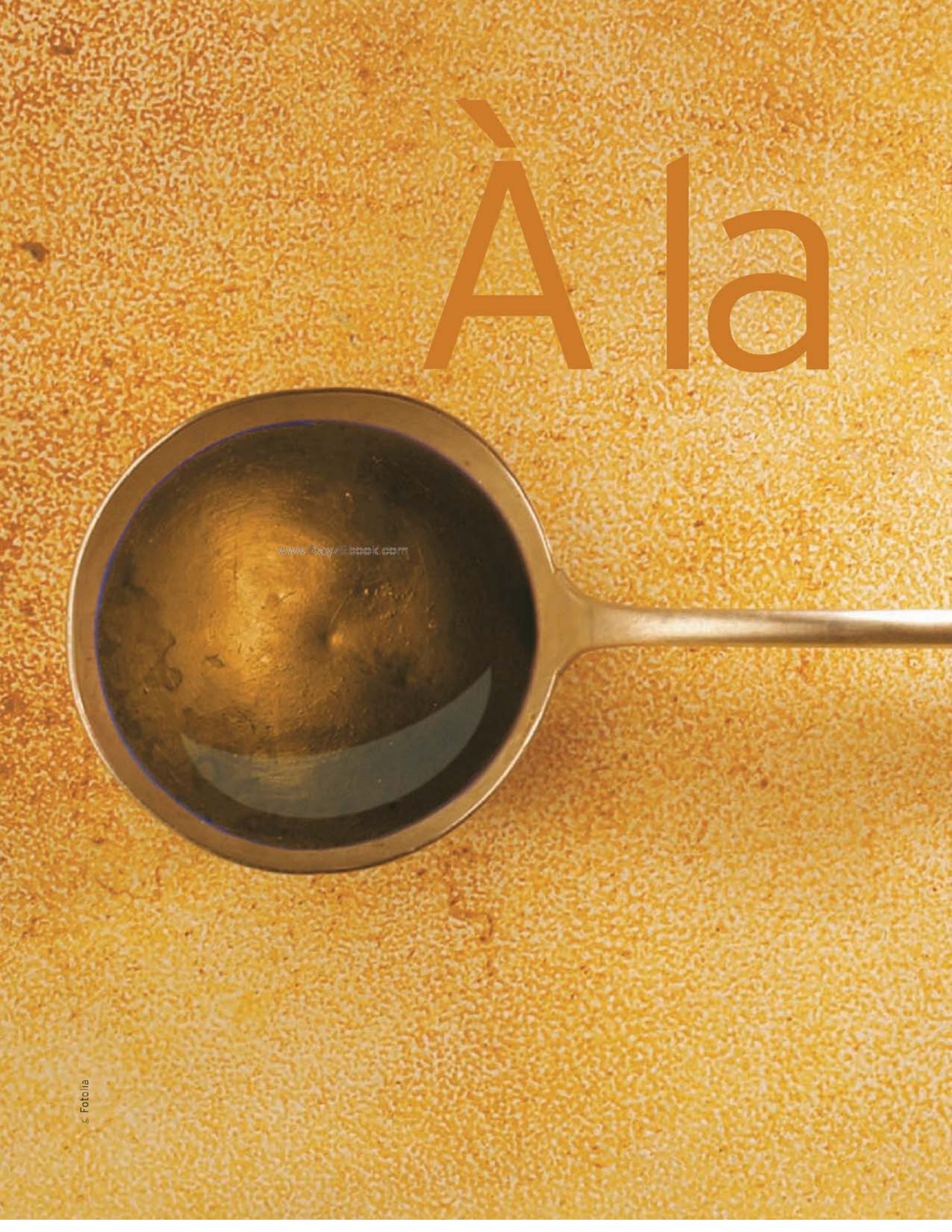
8

Posez dessus les trois Saint-Jacques, puis les frites de saucisson chaud. Versez un cordon de sauce autour de la préparation. Servez.

Le conseil de Grégory

"Le secret de présentation d'un plat réside aussi dans son volume. En l'occurrence, dressez le saucisson par-dessus les Saint-Jacques, pour que vos assiettes prennent de l'ampleur."

# À la



© Fotolia

# soupe !

www.DayzEbook.com

**La soupe ne sert pas qu'à faire grandir ! Si nos parents nous ont toujours dit que les potages étaient bons pour la santé, on n'a jamais trop su pourquoi… Découvrez donc leurs nombreuses vertus grâce aux meilleures recettes des candidats. Soupes de grand-mère ou soupes exotiques, velouté de petits pois ou de panais, soupe aux lentilles ou au lait de coco, poulet et citronnelle… De quoi convaincre les plus récalcitrants !**

Photos : Studio Guy Renaux

www.DayzEbook.com

Recette de Victor de Lyon

# Velouté de petits pois de ma grand-mère au foie gras

**entrée** | 4 personnes | Préparation : 15 min | Cuisson : 10 min

FACILE | €€ ABORDABLE

www.DayzEbook.com

### LE MARCHÉ

- **4 tranches de foie gras frais**
- **1 kg de petits pois surgelés**
- **55 cl de lait**
- **25 cl de crème fraîche**
- **20 cl d'eau**
- **Sel et poivre**

### PRÉPARATION

**1.** Faites cuire 5 minutes les petits pois dans de l'eau bouillante, puis rafraîchissez-les. Mixez énergiquement.

**2.** Filtrez la purée obtenue dans une passoire afin d'enlever la peau des petits pois (ce n'est pas agréable en bouche !). Réchauffez dans une casserole, puis ajoutez l'eau, le lait et la crème. Assaisonnez de sel et de poivre.

**3.** Mettez le foie gras à cuire dans une poêle. Videz la moitié de la graisse et retournez le foie. Il doit être bien doré sur les deux faces. Au dernier moment, versez le velouté dans des bols, puis posez l'escalope de foie gras dessus.

**À SAVOIR**

### Les vertus du petit pois

Ami de la lutte contre le coup de fatigue hivernal, le petit pois est très énergétique, reminéralisant, et il possède une forte teneur en sucres lents (ce qui permet aussi d'éviter les fringales). Le petit pois, c'est également un antioxydant qui contient de la vitamine E.

Recette de Nicole de Bordeaux

# Velouté de panais, espuma de lard fumé

www.DayzEbook.com

**entrée** | 5 personnes | Préparation : 40 min | Cuisson : 50 min

ACCESSIBLE | BON MARCHÉ

## LE MARCHÉ

**Pour le velouté :**

- **1,5 kg de panais**
- **1 gros oignon**
- **2 gousses d'ail**
- **30 cl de crème liquide**
- **2 litres d'eau**
- **50 g de beurre**
- **Huile d'olive**
- **Sel**

**Pour l'espuma :**

- **20 cl de crème liquide entière**
- **50 g de lard fumé**
- **Piment d'Espelette en poudre**
- **Sel et poivre**

## PRÉPARATION

**Préparez le velouté :**

**1.** Épluchez et fendez les gousses d'ail en deux. Pelez et émincez l'oignon. Faites suer le tout dans l'huile d'olive.

**2.** Épluchez les panais, coupez-les en rondelles d'un centimètre et ajoutez-les à l'oignon et à l'ail. Versez l'eau dessus. Portez à ébullition et laissez cuire pendant 45 minutes. Égouttez le tout en veillant à conserver le bouillon de cuisson.

**3.** Mixez le panais cuit avec 30 cl de crème liquide, 50 g de beurre et 35 cl de bouillon de cuisson, jusqu'à obtenir un velouté très lisse. Passez le velouté au tamis fin. Salez.

**Préparez l'espuma :**

**4.** Coupez le lard en morceaux et faites revenir à la poêle. Dans une casserole, faites chauffer la crème et ajoutez-y le lard hors du feu. Couvrez et laissez infuser pendant 20 minutes. Assaisonnez à votre goût.

**5.** Passez au tamis fin. Versez dans le siphon, percutez une cartouche de gaz et placez au réfrigérateur pendant 3 heures.

**6.** Au dernier moment, secouez le siphon énergiquement et versez un peu d'espuma sur le velouté. Ajoutez une pincée de piment d'Espelette et servez sans attendre.

### À SAVOIR

### Les vertus du panais

Le panais a été délaissé dans les cuisines françaises et c'est bien dommage ! Au-delà de ses vertus gustatives, cette plante d'autrefois contient des molécules actives bénéfiques pour la santé. Bon à savoir : le panais est plus riche en minéraux et en vitamines que la carotte !

www.DayzEbook.com

# Des croûtons faits maison

C'est encore meilleur quand ils sont tout chauds !

## Croûtons à l'ail

**LE MARCHÉ**

**Pour 4 personnes :**

- **1 demi-baguette de la veille**
- **3 c. à s. d'huile d'olive**
- **1 gousse d'ail écrasée ou émincée très finement**

**PRÉPARATION**

**1.** Préchauffez votre four à 210 °C. Mélangez l'huile et l'ail dans un grand bol.
Coupez la demi-baguette en tranches, puis chaque tranche en petits morceaux.

**2.** Déposez les croûtons dans l'huile à l'ail et remuez bien afin d'enrober chaque morceau.

**3.** Étalez-les sur une plaque de cuisson et enfournez 5 minutes environ, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.

Variante

## Croûtons à la provençale

**PRÉPARATION**

**1.** Huilez un plat allant au four avec de l'huile d'olive.
Coupez le pain rassis en tranches de 2 à 3 cm et disposez-les dans le plat.

**2.** Sur chaque tranche, déposez un peu de tomate, 1 pincée de sel et de poivre, 1 feuille de basilic. Terminez avec un peu de fromage.

**3.** Faites dorer au four à 200 °C, 10 minutes environ.

www.DayzEbook.com

# Velouté d'asperges

**entrée** | 5 personnes | Préparation : 15 min | Cuisson : 20 min | FACILE | BON MARCHÉ

## LE MARCHÉ

- **1 kg d'asperges**
- **2 litres de bouillon de volaille**
- **10 cl de crème fraîche**

## PRÉPARATION

**1.** Lavez, épluchez et coupez les asperges en tronçons. Faites-les cuire pendant 10 minutes dans le bouillon de volaille porté à ébullition.
**2.** Récupérez les pointes pour la décoration. Ajoutez la crème fraîche au velouté et poursuivez la cuisson 10 minutes.
**3.** Mixez. Passez le velouté au chinois s'il reste trop de fibres. Dégustez chaud.

### À SAVOIR

## Les vertus de l'asperge

L'asperge est l'arme idéale pour nettoyer son corps de l'intérieur ! Si elle est connue pour ses vertus diurétiques, on sait moins qu'elle est efficace pour le transit intestinal et qu'elle exerce un drainage du foie. Parmi beaucoup d'autres qualités, on retiendra que l'asperge est reminéralisante : elle relaxe les nerfs fatigués ou tendus.

Un dîner presque parfait

Recette de Christophe du Mans

# Soupe aux orties et son émincé de saumon fumé

**entrée** | 8 personnes | Préparation : 20 min | Cuisson : 1 h

FACILE | ABORDABLE

### LE MARCHÉ

- **500 g d'oignons**
- **1 poireau**
- **600 g de pommes de terre**
- **800 g de pointes supérieures d'orties**
- **300 g de saumon fumé**
- **1 poignée d'oseille**
- **100 g de beurre**
- **25 cl de crème fraîche**

### PRÉPARATION

**1.** Épluchez, rincez et émincez les oignons. Nettoyez le poireau et coupez-le finement. Épluchez, lavez et découpez en gros dés les pommes de terre. Nettoyez les orties dans beaucoup d'eau froide (comme pour la salade) et égouttez-les bien. Équeutez l'oseille, rincez-la rapidement. Séchez-la avec un torchon, et ciselez-la le plus finement possible avec une paire de ciseaux ou un couteau bien aiguisé.

www.DayzEbook.com

**2.** Dans une cocotte, faites suer (sans les colorer) les oignons et le poireau dans le beurre. Ajoutez les pommes de terre. Mouillez avec 2 litres d'eau, salez et poivrez légèrement, portez à ébullition et laissez cuire doucement à couvert pendant 45 minutes.

**3.** Ajoutez les feuilles d'orties dans la soupe et laissez cuire encore 10 minutes. Mixez, ajoutez la crème fraîche et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.

**4.** Pour le dressage, émincez le saumon fumé en petits dés. Éparpillez-les dans des assiettes creuses et versez la soupe bien chaude dessus. Parsemez-la d'oseille ciselée et de quelques dés de saumon réservés au préalable. Dégustez aussitôt.

### À SAVOIR
## Les vertus de l'ortie

L'ortie, extrêmement riche en vitamines (B2, B5, B9, C, K), possède des vertus antiasthéniques très efficaces pour lutter contre la fatigue. Cette plante herbacée apporte six à sept fois plus de vitamines que l'orange. Et ce n'est pas tout : l'ortie est aussi une source de protéines bien plus importante que le soja !

www.DayzEbook.com

Recette d'Agnès de Bastia

# La soupe de poissons

**entrée** | 5 personnes | Préparation : 30 min | Cuisson : 2 h | ACCESSIBLE | ABORDABLE

## LE MARCHÉ

- **2 kg (environ) de poissons de roche**
- **1 kg de tomates bien mûres (ou une boîte de tomates pelées)**
- **4 gousses d'ail**
- **1 branche de céleri**
- **1 petit fenouil**
- **1 demi-poivron rouge**
- **1 bouquet de basilic**
- **Safran**
- **Huile d'olive**

## PRÉPARATION

**1.** Faites revenir dans l'huile d'olive tous les poissons, de façon à ce qu'ils se détachent bien et qu'ils forment une pâte grossière.
**2.** Ajoutez-y les tomates, l'ail et tous les autres ingrédients. Remuez, couvrez d'eau et portez à ébullition. Laissez cuire à feu doux pendant 2 heures environ. Passez ensuite votre soupe au moulin, d'abord avec la grosse grille, puis avec la moyenne, enfin avec la petite.
**3.** Servez la soupe très chaude dans une soupière, accompagnée de croûtons, de rouille et de gruyère râpé.

**À SAVOIR**

### Les vertus du poisson

Riche en protéines, en vitamines et en magnésium, le poisson fournit au corps des éléments nutritionnels et énergétiques indispensables pour lutter contre les maladies. Autant dire que l'hiver est le moment propice pour en consommer !

super Nanny
À table les enfants !
43 recettes faciles et illustrées qui plairont aux enfants !
Astuces, conseils et recettes de Cathy
M6 EDITIONS
hachette PRATIQUE
Pour que chaque repas soit une fête !
Déjà en librairie !
M6 ÉDITIONS - RCS NANTERRE - B 421 300 849
© 2009, HACHETTE LIVRE (Hachette Pratique) – M6 Éditions
www.DayzEbook.com

# Soupe de lentilles du Puy et tartine chaude au fromage

**plat** | 5 personnes | Préparation : 45 min | Cuisson : 30 min | FACILE | BON MARCHÉ

## LE MARCHÉ

**Pour la soupe :**

- 3 carottes
- 2 échalotes
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail écrasées
- 5 brins de persil
- 1 bouquet garni
- 1 tranche de lard
- 250 g de lentilles vertes du Puy
- Lait
- Crème fraîche
- Sel et poivre

**Pour les tartines :**

- 5 tranches de pain
- 1 filet d'huile d'olive
- Ail pilé
- Jambon sec de pays
- 5 tranches de fromage
- Crème fraîche

## PRÉPARATION

www.DayzEbook.com

**1.** Versez un filet d'huile d'olive dans une cocotte. Coupez les carottes en rondelles et déposez-les dans la cocotte avec les échalotes, les oignons, les gousses d'ail écrasées, les brins entiers de persil, le bouquet garni et la tranche de lard. Faites revenir 5 minutes.

**2.** Ajoutez les lentilles crues et recouvrez d'eau. Portez à ébullition et laissez cuire 30 minutes minimum.

**3.** Une fois les lentilles bien cuites, passez au mixer. Ajoutez un peu de crème fraîche et de lait pour obtenir la consistance souhaitée. Salez et poivrez.

**4.** Occupez-vous maintenant des tartines. Sur une tranche de pain, versez un filet d'huile d'olive. Ajoutez de l'ail pilé, une cuillerée de crème fraîche, un morceau de jambon sec ainsi qu'une tranche de fromage. Passez le tout à four chaud (180 °C) 5 à 10 minutes. Les tartines doivent être bien croustillantes.

**À SAVOIR**

### Les vertus de la lentille

Manger des lentilles en hiver, c'est une très bonne idée ! Il s'agit d'un aliment très complet, riche en vitamines, en protéines et en glucides lents. La lentille, c'est aussi la meilleure alliée des intellectuels : elle contient une bonne dose de minéraux, comme le calcium ou le phosphore, indispensables pour ne pas laisser son cerveau geler quand il fait froid !

Recette de Cédric d'Ajaccio

# Soupe au lait de coco, poulet et citronnelle (tom kha kai)

www.DayzEbook.com

**plat** | 5 personnes | Préparation : 20 min | Cuisson : 20 min

ACCESSIBLE | ABORDABLE

## LE MARCHÉ

- **40 cl de lait de coco**
- **300 g de blanc de poulet**
- **1 racine de galanga**
- **2 tiges de citronnelle fraîche**
- **Nuoc-mâm**
- **1 carotte**
- **1/2 chou-fleur**
- **1/2 brocoli**
- **5 tomates cerises**
- **2 champignons de Paris frais**
- **1 grosse échalote ou plusieurs petites**
- **Quelques branches de coriandre fraîche**
- **10 feuilles de citronnier ou kaffir (en option)**
- **4 ou 5 piments (en option)**

## PRÉPARATION

**1.** Goûtez la soupe tout au long de la préparation pour comprendre la progression, ingrédient par ingrédient. Dans une casserole, portez à ébullition 20 cl d'eau et 30 cl de lait de coco.

**2.** Au fur et à mesure, ajoutez le poulet préalablement coupé en lamelles, la citronnelle fraîche (décortiquée et coupée en morceaux de 5 cm), le galanga coupé en tranches très fines, 1 à 3 cuillerées à soupe de nuoc-mâm et les feuilles de kaffir. Goûtez.

**3.** Laissez cuire à feu doux pendant 10 minutes. En fonction de vos goûts, vous pouvez compléter avec le reste du lait de coco ou, à l'inverse, avec du nuoc-mâm. Une fois que la base vous convient, ajoutez vos légumes finement coupés (sauf la coriandre et les tomates cerises).

**4.** Laissez cuire 3 minutes. Les légumes doivent être croquants. Puis, si vous aimez votre soupe un peu épicée, ajoutez des piments à moitié ouverts. Disposez un brin de coriandre et une tomate cerise dans chaque bol. Vous pouvez servir cette soupe avec du riz.

### À SAVOIR

### Les vertus du lait de coco

La noix de coco contient du fer, du magnésium, du potassium et des vitamines, mais surtout des fibres alimentaires. Et les fibres, c'est à la fois bon pour prévenir la constipation et les maladies cardiovasculaires !

www.DayeEbook.com

# LES GOURMANDISES DU PÈRE NOËL

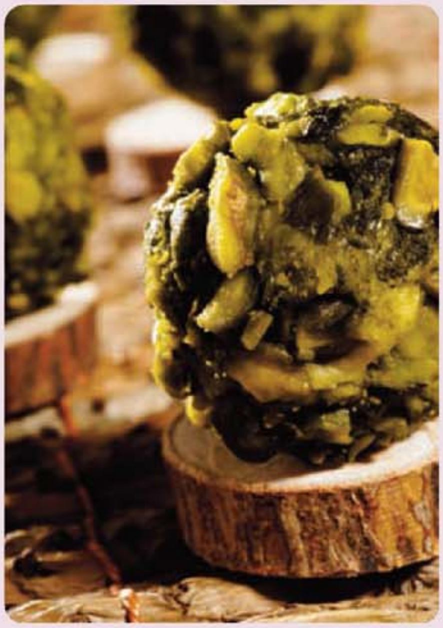
Un dîner presque parfait

## Recettes de Florence

**Le soir de Noël, la tradition veut que l'on dépose au pied du sapin ou devant la cheminée quelques gourmandises pour le père Noël. Le père Noël oui, mais ses rennes... ? Ce sont quand même eux qui font le tour du monde en une nuit ! Toujours aussi généreuse, Florence a donc imaginé neuf petites mignardises pour chacun de ces animaux mythiques...**

www.DayzEbook.com

Réalisation : Florence Rigaud - Photos : David Nakache



***Rodolphe** - Le guide du père Noël*

# Truffes au chocolat blanc, pistache et thé matcha

**Le nez rouge de Rodolphe éclaire le chemin du traîneau. Florence s'en est inspirée pour créer une truffe originale.**

### LE MARCHÉ POUR 20 TRUFFES

- **100 g de chocolat blanc à pâtisser**
- **40 g de beurre mou coupé en dés**
- **25 g de poudre d'amandes**
- **60 g de sucre glace**
- **1 c. à s. de crème fraîche (30 % MG)**
- **15 g de thé matcha (thé vert japonais)**
- **40 g de pistaches non salées**

### PRÉPARATION

Faites fondre le chocolat blanc au bain-marie. Une fois fondu, ajoutez le beurre hors du feu. Mélangez à la spatule, puis ajoutez la poudre d'amandes, le sucre glace et la crème fraîche.
Réservez au frais environ une heure. Une fois la préparation refroidie, roulez dans la paume de vos mains des boules de même dimension. Hachez grossièrement les pistaches. Roulez chacune des truffes dans le thé matcha, puis dans les pistaches.
Réserver au frais.

### CONSEILS

- Ayez la main légère lorsque vous roulez les truffes dans le thé matcha, car le goût pourrait être trop présent. Et compte tenu du prix de ce thé, il est préférable d'en mettre peu !
- Vous pouvez préparer ces truffes à l'avance car elles se gardent une petite semaine au réfrigérateur.

**Tornade** - *Le plus rapide de tous les rennes*

# "Tire sur la neige" revisitée

**La tradition québécoise consiste à chauffer du sirop d'érable, à le faire couler sur de la neige en un fin rub an et à confectionner une sucette.**

### LE MARCHÉ POUR 4 PERSONNES

- **20 cl de sirop d'érable pur de très bonne qualité**
- **4 bâtonnets en bois**
- **Une quarantaine de glaçons ou de la glace pilée (à défaut de bonne neige)**

www.DayzEbook.com

### PRÉPARATION

Chauffez le sirop d'érable dans une casserole. Prévoyez-la grande car le sirop subit une forte expansion en chauffant. Pendant ce temps, mixez les glaçons dans un blender et déposez la glace pilée au fond d'un grand plat. À l'aide d'une thermosonde, mesurez la température du sirop d'érable : lorsqu'il atteint 114 °C, versez-le en quatre fins rubans sur la glace. Enroulez rapidement le sirop d'érable autour de quatre bâtonnets en bois afin de former de belles sucettes. Vous pouvez les déguster tièdes, auquel cas le sirop d'érable sera encore un peu malléable, ou les laisser durcir.

**ASTUCE**

Vous pouvez remplacer les bâtonnets à sucette en bois par un bâton de réglisse fendu dans le sens de la longueur ou par des piques à brochette en bois.

**Fringant** - *Belle et puissante*

# Granité à la mandarine et au Grand Marnier

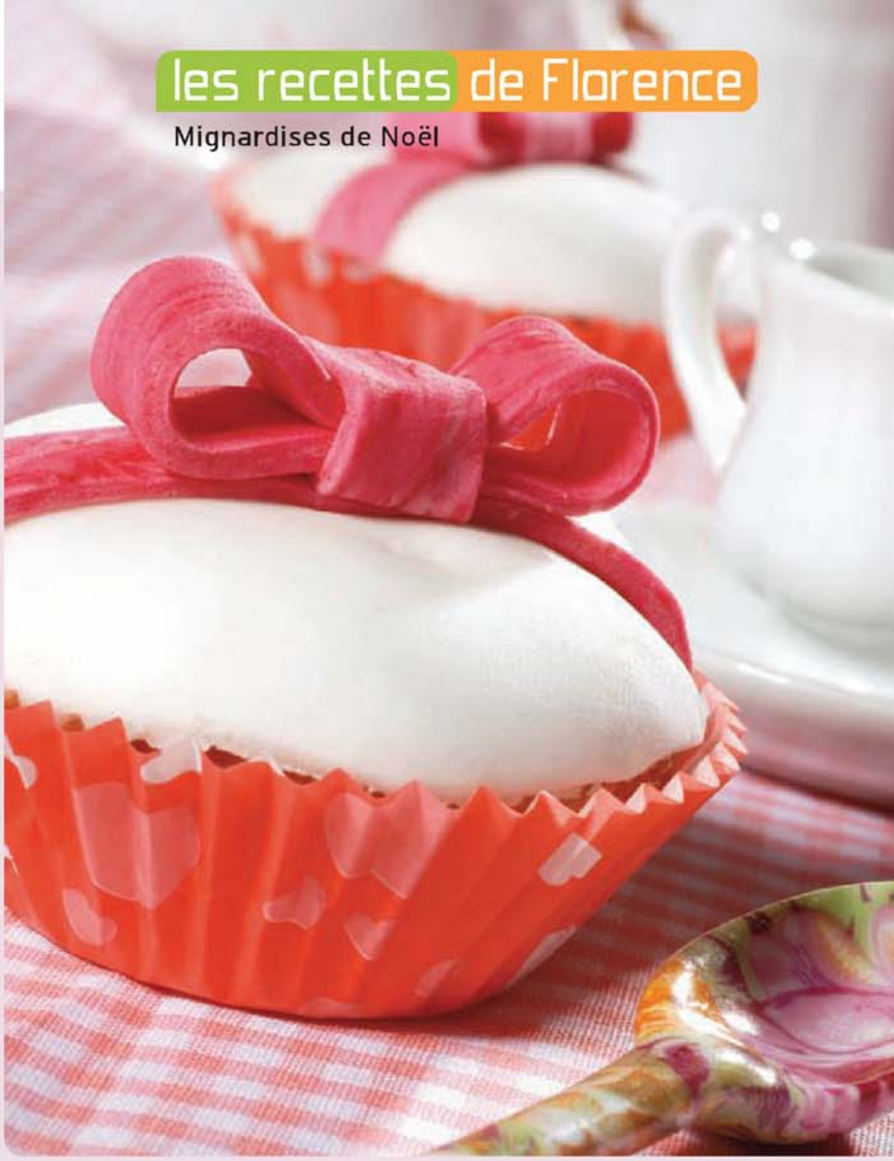
**La neige aide les rennes à se désaltérer : cela a donné à Flor ence l'idée de créer ce petit verre glacé, parfumé au Grand Marnier.**

### LE MARCHÉ POUR 4 PERSONNE S

- **20 cl de jus de mandarine s pressées (environ 5-6 mandarines)**
- **20 cl d'eau**
- **3 c. à s. de sucre en poudre**
- **2 à 3 c. à s. de Grand Marnier**
- **Le zeste d'une mandarine**

### PRÉPARATION

Chauffez le jus de mandarine, l'eau et le sucre. À ébullition, ôtez la casserole du feu et ajoutez le Grand Marnier. Versez dans un récipient, laissez refroidir et placez au congélateur pour au moins 10 heures. Au moment de servir, grattez le granité avec une fourchette afin d'obtenir de belles paillettes. Dégustez avec une paille ou une cuillère.



*Danseur* - *La plus gracieuse*

# Minicupcakes à la banane, cœur au beurre de cacahuètes

www.DayzEbook.com

Pour la gracieuse Danseur, une recette forcément *girly*, présentée dans un décor très raffiné.

## LE MARCHÉ POUR 16 MINICUPCAKES

- **40 g de beurre mou**
- **35 g de sucre en poudre**
- **1 banane bien mûre**
- **1 œuf**
- **75 g de farine**
- **1 c. à c. rase de levure chimique**
- **50 g de beurre de cacahuètes**

**Pour le décor :**

- **150 g de pâte à sucre blanche (www.cerfdellier.com)**
- **Colorant alimentaire en poudre (ici, rouge framboise)**

## PRÉPARATION

Préchauffez le four à 175 °C. À l'aide d'une fourchette, écrasez la banane. Fouettez le beurre mou et le sucre. Ajoutez l'œuf, puis la banane écrasée. Mélangez de manière homogène. Ajoutez la farine et la levure, et mélangez à nouveau.

Sur une plaque en silicone, déposez seize minimoules en papier. Remplissez-les à moitié de la préparation. Ajoutez une noisette de beurre de cacahuètes, puis recouvrez de pâte. Enfournez pour une quinzaine de minutes. Sortez du four et laissez refroidir.

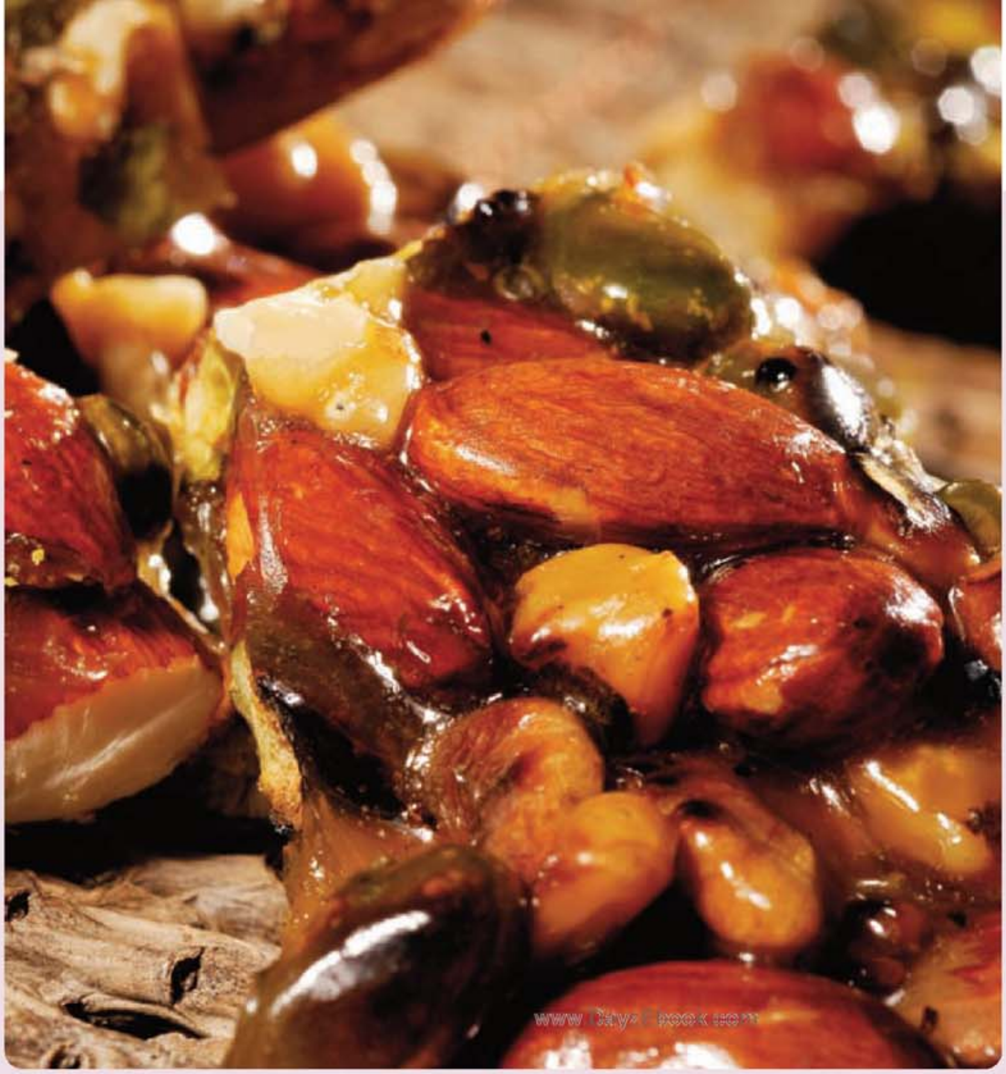
Pendant ce temps, étalez les trois quarts de la pâte à sucre sur un support lisse et sec. Lorsque la pâte fait environ 2 mm d'épaisseur, découpez des cercles avec un emporte-pièce de diamètre tout juste supérieur à celui des cupcakes. Mélangez le quart restant de pâte à sucre avec un peu de colorant afin d'obtenir la couleur souhaitée. Étalez, puis taillez en fines bandes (5-7 mm de large).

Une fois les cupcakes refroidis, recouvrez d'une fine pellicule de beurre de cacahuètes afin que le cercle de pâte à sucre adhère au gâteau.

Appliquez un cercle de pâte à sucre sur chaque cupcake, puis façonnez de jolis rubans colorés dessus. Laissez aller votre imagination et réalisez plein d'autres formes en pâte à sucre (fleurs, feuilles, pois, rayures...).

**CONSEIL**

Ne remplissez pas trop les moules de pâte car elle va gonfler à la cuisson.



*Tonnerre* - *Le plus fort*

# Nougat brun

**Une des spécialités de Florence, adaptée aux rigueurs de l'hiver avec ses amandes, ses pistaches et ses noix.**

### LE MARCHÉ POUR 600 G DE NOUGAT

- **150 g de glucose**
- **200 g de sucre**
- **200 g d'amandes entières**
- **80 g de pistaches non salées**
- **70 g de cerneaux de noix**
- **15 g de beurre**

### PRÉPARATION

Préchauffez le four à 180 °C.
Étalez les fruits secs sur une plaque allant au four et torréfiez-les quelques minutes afin d'en exalter les saveurs. Réservez.
Dans une casserole, chauffez le sucre et le glucose afin d'obtenir un caramel. Lorsqu'il prend une belle couleur dorée, ajoutez les fruits secs. Remettez sur feu doux et incorporez le beurre. Mélangez avec une spatule, puis versez sur un tapis de silicone. Avec le dos d'une cuillère à soupe, étalez harmonieusement le nougat et laissez refroidir.
Afin d'éviter les traces de doigts sur le nougat, munissez-vous de gants en plastique avant de le couper en morceaux.
Conservez dans un endroit sec afin que le caramel ne fonde pas.

### ASTUCE

Le glucose permet au caramel de rester croquant et sec une bonne dizaine de jours. Vous pouvez faire ce nougat sans glucose, en réalisant votre caramel avec du sucre et un peu d'eau, mais il aura tendance à être croquant moins longtemps et à fondre plus vite. Il devra donc être consommé plus rapidement !

*Comète - Il apporte le bonheur aux enfants*

# Étoiles sablées à la noix et au gingembre, glaçage royal

**Afin d'apporter elle aussi du bonheur aux gourmands, Florence a adopté la technique des meilleurs pâtissiers pour glacer ses petits sablés.**

www.Day22book.com

### LE MARCHÉ POUR 40 ÉTOILES SABLÉES

- **50 g de cerneaux de noix**
- **1 œuf**
- **125 g de sucre en poudre**
- **200 g de farine**
- **125 g de beurre coupé en dés**
- **1 c. à c. de gingembre frais râpé**

Pour le décor :

- **125 g de sucre glace**
- **1/2 blanc d'œuf**
- **Le jus d'1/2 citron**
- **Colorant alimentaire en poudre (plusieurs couleurs)**
- **Billes de sucre argentées (en option)**

### PRÉPARATION

Mixez finement les cerneaux de noix afin d'obtenir une poudre.
Fouettez l'œuf et le sucre jusqu'à blanchiment. Ajoutez la farine, la poudre de noix et le gingembre râpé. Mélangez. Incorporez les dés de beurre à la pâte du bout des doigts. Formez une boule et réservez une demi-heure au frigo.
Préchauffez le four à 180 °C.
Étalez la pâte (5 mm d'épaisseur environ) au rouleau à pâtisserie, sur un plan de travail préalablement fariné. À l'aide de différents emporte-pièces (ici, étoile et étoile filante), découpez la pâte. Déposez les biscuits sur une plaque recouverte de papier sulfurisé, et enfournez pour 10 à 15 minutes.
Pendant ce temps, versez le sucre glace et le blanc d'œuf dans un grand bol et mélangez à la spatule. Petit à petit, ajoutez le jus de citron jusqu'à l'obtention d'une crème blanche et lisse. Si votre glaçage est trop liquide, ajoutez du sucre glace ; s'il est trop épais, ajoutez du jus de citron.
Divisez le glaçage en fonction du nombre de couleurs que vous souhaitez obtenir, puis ajoutez une pointe de couteau de colorant en poudre. Mélangez bien.
Lorsque les biscuits sont cuits, laissez-les refroidir, puis remplissez des seringues en plastique (disponibles en pharmacie) de glaçages de différentes couleurs. Décorez vos biscuits à votre guise. Attention, le glaçage durcit vite !

### CONSEILS

- Ne travaillez pas trop la pâte. Cela risquerait de faire fondre le beurre et de la rendre élastique et collante.
- Vous pouvez conserver les sablés quatre à cinq jours dans une boîte, au sec.

*Éclair* - *Elle apporte la lumière*

# Minichouquettes au sucre d'érable

**La particularité de cette mignardise réside dans ses pépites de sirop d'érable. Le renne le plus espiègle de la bande s'en léchera les babines.**

### LE MARCHÉ POUR UNE DOUZAINE DE CHOUQUETTES

- **5 cl d'eau**
- **25 g de beurre bien froid**
- **2 bonnes pincées de sel**
- **30 g de farine**
- **2 œufs**
- **20 g de pépites de pur sucre d'érable (www.madeleine market.com) ou, à défaut, du sucre blanc en grains.**

### PRÉPARATION

Préchauffez le four à 175 °C.
Dans une casserole, chauffez l'eau, le sel et le beurre coupé en dés. À l'ébullition, versez d'un coup la farine puis mélangez avec une spatule hors du feu.
Incorporez ensuite un œuf afin d'obtenir une pâte homogène. Sur feu très doux, remuez la pâte vivement afin de la sécher quelques instants.
Remplissez une poche à douille de la préparation et dressez les chouquettes sur une plaque allant au four recouverte de papier sulfurisé.
Dans un petit bol, mélangez un jaune d'œuf avec une c. à s. d'eau. À l'aide d'un pinceau, dorez les chouquettes avant de déposer quelques pépites de sucre d'érable dessus.
Enfournez pour 20 minutes environ.
Les chouquettes sont prêtes lorsqu'elles sont dorées et que des craquelures se forment.

### CONSEIL

À la sortie du four, faites un trou dans chaque chouquette avec un cure-dent afin que la vapeur qu'elles contiennent puisse s'en échapper. Ainsi, les chouquettes ne ramolliront pas trop vite.

***Furie** - Le plus puissant*

# Lait chaud à la cardamome et sa cuillère de caramel

**Quoi de plus réconfortant qu'un lait chaud pour un renne après le galop ? En cadeau, Florence lui offre une cuillère de caramel recouverte de chocolat blanc et de feuille d'or.**

## LE MARCHÉ POUR 5 PETITS VERRES

- **50 cl de lait demi-écrémé**
- **1 graine de cardamome**
- **1 c. à s. de sucre en poudre**

**Pour une dizaine de cuillères en caramel :**

- **100 g de sucre en poudre**
- **3 c. à s. d'eau**
- **30 g de chocolat blanc à pâtisser**
- **1 feuille d'or alimentaire (80 x 80 mm)**

## PRÉPARATION

**Pour le lait chaud à la cardamome :**
Chauffez le lait. Ajoutez le sucre puis faites infuser la graine de cardamome 10 minutes dans le lait avant de la retirer. Au moment de servir, réchauffez le lait, puis émulsionnez à l'aide d'un mixeur girafe.

**Pour les cuillères en caramel :**
Dans une casserole, chauffez le sucre et l'eau afin d'obtenir un caramel doré. Ôtez du feu et laissez refroidir une petite minute, le temps que le caramel devienne moins liquide. Sur un tapis en silicone, coulez lentement des formes ressemblant à des cuillères. Laissez refroidir et durcir.
Pour le décor, faites fondre le chocolat blanc puis trempez-y les cuillères en caramel. Laissez durcir et refroidir, puis décorez chaque cuillère d'un petit morceau de feuille d'or alimentaire appliqué à l'aide d'un pinceau.

**CONSEILS**

- Ne sucrez pas trop le lait car la cuillère en caramel le sucrera en fondant.
- Conservez les cuillères dans un endroit sec afin que le caramel ne fonde pas trop vite.

Cupidon - *Elle amène l'amour aux enfants*

# Macarons au marron et au citron

Une association audacieuse et douce, pour une recette *"un peu compliquée mais faisable"*, selon Florence.

## LE MARCHÉ POUR UNE DOUZAINE DE PETITS MACARONS (20-30 COQUES)

**Pour les coques :**

- **60 g de sucre glace**
- **40 g de poudre d'amandes**
- **1 blanc d'œuf**
- **15 g de sucre en poudre**
- **Colorant alimentaire en poudre (ici, rouge framboise)**
- **Poudre irisée alimentaire rose perle (www.cerfdellier.com)**

**Pour la garniture :**

- **70 g de pâte de marrons**
- **100 g de purée de marrons**
- **Le zeste d'1/2 citron**
- **1 c. à s. de crème fraîche (30 % MG)**

## PRÉPARATION

www.DayzEbook.com

**Préparez les coques :**
Mélangez le sucre glace et la poudre d'amandes. Mixez dans un blender afin d'obtenir une poudre bien fine, puis passez au tamis. Réservez dans un saladier.

Dans un autre saladier, battez le blanc d'œuf, doucement et au fouet manuel, afin de le liquéfier. Montez-le ensuite en neige au fouet électrique (petite vitesse). Lorsque le blanc commence à être un peu ferme, ajoutez 15 g de sucre en poudre, puis fouettez (grande vitesse) jusqu'à l'obtention d'une meringue bien brillante. Un bec d'oiseau doit se former au bout du fouet lorsque vous l'arrêtez. Ajoutez ensuite une pointe de couteau de colorant alimentaire, puis fouettez à nouveau pour mélanger uniformément le colorant.

Versez environ un quart du mélange poudre d'amandes et sucre glace tamisé sur la meringue puis, à l'aide d'une spatule en silicone, mélangez du bas vers le haut tout en tournant le saladier. Cette étape s'appelle "le macaronnage". Répétez l'opération jusqu'à ne plus avoir de mélange poudre d'amandes et sucre glace. La pâte doit former un beau ruban élastique et brillant. Mais attention à ne pas trop macaronner, cela rendrait la pâte trop liquide et vos macarons tout plats.

Remplissez une poche à douille (idéalement, douille ronde de 10 mm) de la pâte à macarons, puis formez des coquilles sur une ou deux plaques allant au four recouvertes de papier sulfurisé

### CONSEILS

- La température du four est primordiale. Ne dépassez pas les 160 °C, sinon vos macarons vont craqueler. Cela n'altère pas leur goût, seulement leur esthétisme.
- Réservez vos coques de macarons dans une boîte hermétique à l'abri de l'humidité.

www.DayzEbook.com

(en les espaçant de trois bons centimètres). Laissez les coques reposer 45 minutes à température ambiante: on dit qu'elles "croûtent". Au bout de 30 minutes environ, préchauffez le four à 160 °C. Quand il est chaud, enfournez les coquilles pour 12 minutes. Pour vérifier la cuisson, appuyez légèrement sur une coque: elle ne doit pas bouger.

Une fois les coques cuites, ôtez-les de la plaque, mais laissez-les sur le papier sulfurisé. Attendez le refroidissement complet avant de les décoller délicatement. À l'aide d'un pinceau, appliquez dessus la poudre irisée alimentaire rose.

**Préparez la garniture au marron et au citron :**
Mélangez vivement et uniformément tous les ingrédients. Réservez au frais. À l'aide d'une cuillère ou d'une poche à douille, déposez sur une coque une noisette de garniture, puis formez vos macarons.

**ASTUCE**
La crème fraîche étant vite périssable, vous ne pourrez conserver vos macarons que deux ou trois jours. Si vous souhaitez les garder plus longtemps, passez-vous de crème fraîche, mais sachez que la garniture aura un aspect moins léger.

# Il était une fois dans l'Est

Un diner presque parfait

**En hiver, on rêve de repas vigoureux. Et en matière de petits plats réconfortants, les régions de l'Est de la France sont championnes ! Au programme de ce dossier qui leur est consacré : chaleur et authenticité. Révisez vos classiques avec les recettes du kouglof, du pâté lorrain, du munster flambé ou encore du filet mignon en croûte. Vous n'aurez pas l'Alsace et la Lorraine, mais vous aurez quelques-unes de ses savoureuses spécialités. *E gueter !* (Bon appétit !)**

Photos : Studio Guy Renaux

Recette de Sandrine de Strasbourg

# Minikouglofs salés

**apéritif** | 5 personnes | Préparation : 15 min | Cuisson : 15 min | FACILE | BON MARCHÉ

## LE MARCHÉ

- **400 g de farine**
- **150 g de beurre ramolli**
- **2 œufs**
- **20 cl de lait tiède**
- **25 g de levure de bière fraîche**
- **150 g de lardons**
- **100 g de cerneaux de noix**
- **10 g de sel**

## PRÉPARATION

**1.** Mélangez la levure avec 10 cl de lait et 20 g de farine pour faire une pâte. Laissez reposer jusqu'à ce que le volume ait doublé.

www.DayzEbook.com

**2.** Mélangez les 380 g de farine avec les œufs, le lait restant et le sel. Pétrissez pendant 15 minutes. Ajoutez le beurre ramolli, puis le levain. Pétrissez encore quelques minutes jusqu'à ce que la pâte se détache des bords du récipient. Couvrez d'un linge et laissez reposer pendant 1 heure.

**3.** Redonnez à la pâte son volume initial en la tapotant. Ajoutez les lardons et les noix. Beurrez les moules à kouglof, déposez la pâte et laissez reposer jusqu'à ce qu'elle lève au niveau des bords. Faites cuire 50 minutes à 210 °C. Démoulez sur une grille.

**Moul'Flex**
Plaque pour six minikouglofs.
*De Buyer, 19 euros.*

**Mini.Koug**
Poterie Siegfried Burger.
*www.vitrines-alsace.com, 25,85 euros.*

www.DayzEbook.com

Recette de Catherine de Nancy

# Pâté lorrain

entrée | 5 personnes | Préparation : 30 min | Cuisson : 45 min | ACCESSIBLE | BON MARCHÉ

## LE MARCHÉ

- **500 g de pâte feuilletée**
- **250 g d'échine de porc**
- **250 g de noix de veau**
- **1 jaune d'œuf**
- **10 cl de vin blanc sec**
- **2 gousses d'ail**
- **2 échalotes**
- **Un bouquet de persil**
- **Sel et poivre**

## PRÉPARATION

**1.** Taillez dans la pâte des rectangles de deux tailles différentes (le plus petit servira à recouvrir le pâté).
**2.** Coupez les viandes en petits dés et faites-les mariner avec une persillade (ail, persil, échalotes, sel, poivre et vin blanc sec) pendant une nuit.
**3.** Essorez bien le mélange avant de le serrer sur le fond de tarte. Collez les bords au jaune d'œuf pour couvrir. Constituez une cheminée au centre et enfournez 45 minutes à 160 °C.

www.DayzEbook.com

Un dîner presque parfait

Recette de Sandrine de Strasbourg

# Munster flambé

**entrée** | 5 personnes | Préparation : 5 min | Cuisson : 5 min

FACILE | BON MARCHÉ

## LE MARCHÉ

- **1/2 munster**
- **20 cl de fleur de bière**

## PRÉPARATION

**1.** Découpez 5 portions de munster pas trop fait.
**2.** Grillez la croûte à l'aide d'un chalumeau. Faites chauffer dans une casserole la fleur de bière.
**3.** Une fois les assiettes servies, versez la fleur de bière en flammes sur le munster. Effet garanti !

Recette d'Éliane de Paris

# Colvert sur un nid alsacien

**plat** | 5 personnes | Préparation : 40 min | Cuisson : 6 h | ACCESSIBLE | ABORDABLE

## LE MARCHÉ

- **5 cuisses de colvert**
- **1,5 kg de choucroute crue**
- **1 morceau de couenne**
- **2 oignons**
- **2 clous de girofle**
- **2 carottes**
- **150 g de saindoux**
- **1/2 litre de bouillon**
- **1/2 litre de vin blanc (Riesling)**
- **Poivre en grains**

## PRÉPARATION

**La veille :** www.DayzEbook.com

**1.** À deux reprises, lavez la choucroute crue à grande eau et essorez-la fortement avec les mains.

**2.** Au fond de la cocotte, placez : les 2 oignons dont 1 piqué de clous de girofle, la couenne, les carottes, la moitié de la choucroute et des grains de poivre. Ajoutez le saindoux et recouvrez du reste de choucroute.

**3.** Mouillez à mi-hauteur avec du bouillon et du vin blanc d'Alsace (Riesling). Laissez cuire à feu doux, 4 heures minimum.

**Le jour même :**

**4.** Faites revenir les cuisses de canard désossées (salées et poivrées) dans de l'huile d'olive. Laissez bien dorer. Déglacez la cocotte avec du vin blanc.

**5.** Mettez la choucroute (bien égouttée) dans une cocotte et posez les cuisses de canard dessus. Laissez mijoter 2 heures environ.

**6.** Dressez la choucroute (à nouveau égouttée) en forme de nid et déposez la cuisse de colvert en son creux.

www.DayzEbook.com

# Spaetzle

| plat | 5 personnes | Préparation : 15 min | Repos : 1 h | Cuisson : 10 min | ACCESSIBLE | BON MARCHÉ |
|---|---|---|---|---|---|---|

## LE MARCHÉ

- **5 œufs**
- **400 g de farine**
- **100 g de semoule fine**
- **Sel et poivre**

**Spätzle Party**
Ustensile à spaetzle.
*Tupperware, 17,99 euros.*

## PRÉPARATION

**1.** Dans un bol, tamisez la farine et ajoutez le sel. Cassez les œufs dessus. Mélangez les ingrédients à la cuillère en ajoutant progressivement de l'eau pour obtenir une pâte souple. Laissez-la reposer une heure.
**2.** Constituez les spaetzle en réalisant des tortillons de 3 à 4 cm de longueur. Servez-vous d'un ustensile spécifique ou, à défaut, d'un simple couteau.
**3.** Dans de l'eau salée à gros bouillons, faites cuire la pâte par cuillerée (il ne faut pas trop en mettre à la fois). Les spaetzle sont cuits lorsqu'ils remontent à la surface. Sortez-les à l'aide d'une écumoire et passez-les rapidement sous l'eau froide. Réserver.
**4.** Au moment de servir, faites dorer les spaetzle à la poêle avec du beurre.

# Retrouvez en librairie
# les meilleures recettes des candidats.

www.DayzEbook.com

© 2009, HACHETTE LIVRE (Hachette Pratique) - M6 Editions.
Come Dine With Me © and format right. ITV Productions Limited
Licensed by ITV Global Entertainment Limited 2009. All rights reserved.

Un dîner presque parfait. Marque déposée par Métropole Télévision/ITV Global Entertainment Ltd 2009.

M6 ÉDITIONS – RCS NANTERRE – B 421 300 849

Recette d'Aimée de Strasbourg

# Filet mignon en croûte aux pruneaux

| plat | 6 personnes | Préparation : 20 min | Cuisson : 40 min | ACCESSIBLE | ABORDABLE |
|---|---|---|---|---|---|

### LE MARCHÉ

- **1 pâte feuilletée**
- **Une douzaine de tranches de lard**
- **1 filet mignon de porc**
- **1 kg de pruneaux dénoyautés**
- **1 jaune d'œuf**
- **Sel et poivre**

### PRÉPARATION

**1.** Étalez la pâte feuilletée en rectangle. Disposez les tranches de lard sur toute la largeur. Posez le filet mignon dessus, en longueur. Salez et poivrez.

**2.** Recouvrez de pruneaux (mettez-en également sur les côtés). Refermez le lard sur le filet, rabattez la pâte dessus. Réalisez de petites stries à la fourchette et badigeonnez de jaune d'œuf.

www.DayzEbook.com

**3.** Faites cuire environ 40 minutes dans un four à 200 °C. Couvrez de papier aluminium à mi-cuisson pour éviter que la pâte ne brûle.

**4.** Servez chaud, éventuellement accompagné d'un gratin dauphinois.

www.DayzEbook.com

# ON BOIT QUOI ?

**Le sommelier Philippe Defleur passe en revue sept cépages incontournables dans l'Est de la France.**

## Les vins de l'Est

### Riesling

Ce cépage donne un vin gastronomique. Sec, racé et délicatement fruité, il offre un bouquet d'une grande finesse, avec des nuances parfois minérales (célèbres arômes de pétrole) ou florales.
*> Accompagne coquilles Saint-Jacques et sushis, mais aussi des spécialités de la région, comme le baeckeofe et la choucroute. Le riesling s'avère également parfait avec des plats asiatiques.*

### Gewurztraminer

Son nom signifie "épice". C'est un vin corsé, riche en arômes de fruits (litchis, par exemple) et... d'épices. Il est également appelé savagnin rose.
*> Accompagne très bien le foie gras ou les fromages de caractère comme le munster, le maroilles ou le livarot. Au dessert, un gewurztraminer sera parfait avec une bûche de Noël.*

### Pinot blanc

Souvent associé à l'Auxerrois dans l'AOC Alsace, il est alors vendu sous l'étiquette "klevner" (ou "clevner") ou pinot ou encore crémant d'Alsace. Ce cépage donne des vins d'une qualité constante, bien équilibrés, discrètement fruités et d'une agréable souplesse.
*> Accompagne les poissons (raie, rouget, truite...), mais aussi les viandes (volaille, carré de porc, petit salé...).*

### Pinot gris

Le pinot gris (anciennement appelé tokay pinot gris) est un cépage au caractère généreux qui développe une opulence et une saveur caractéristiques. Charpenté, rond et long en bouche, il présente des arômes complexes de sous-bois, parfois légèrement fumés ou floraux.
*> Accompagne les poissons fumés ou les Saint-Jacques, mais aussi le boudin blanc, le carré de porc à l'alsacienne, les côtes de veau, le jambon braisé ou le lapin à la crème.*

### Pinot noir

En Alsace, le pinot noir peut entrer dans la composition des klevners. Les pinots noirs alsaciens offrent un bel équilibre et un fruité plus ample que les vins de Bourgogne, grâce à leurs notes de cerise et d'épices.
*> Accompagne la choucroute, les cailles aux raisins, les gibiers, les paupiettes de veau, les terrines ou les volailles rôties.*

### Muscat

Le muscat d'Alsace est un vin blanc sec, à ne pas confondre avec les muscats doux liquoreux comme ceux de Rivesaltes, Frontignan, Lunel... Très frais, le muscat d'Alsace possède des arômes de fleurs (rose) et d'agrumes (mandarine, orange).
*> Accompagne très bien les asperges, mais aussi le kouglof ou la bûche de Noël.*

### Sylvaner

Le nez est frais et léger. Il offre un bouquet discrètement fruité et floral : agrumes, fleurs blanches, herbe tout juste coupée... La bouche est franche et agréable, construite autour d'une fraîcheur désaltérante.
*> Accompagne les fruits de mer (huîtres, coques, palourdes...), mais aussi des spécialités de l'Est, comme le baeckeofe ou la flammekueche.*

**ProDégustation, cours et ateliers d'œnologie dans toute la France. www.prodegustation.com**

Recette de Nadine de Metz

# Œufs à la neige et brûlot lorrain

dessert | 5 personnes | Préparation : 30 min | Cuisson : 5 min | ACCESSIBLE | BON MARCHÉ

### LE MARCHÉ

- **1 l de lait**
- **100 g de sucre en poudre**
- **8 œufs**
- **1 gousse de vanille ou les zestes d'une orange**
- **15 morceaux de sucre**
- **eau-de-vie (de mirabelle ou autre)**

### PRÉPARATION

**1.** Faites bouillir le lait avec le sucre et parfumer soit avec la vanille, soit avec l'orange. Séparez les blancs des jaunes, et battez les blancs en neige très ferme.

**2.** Avec une grosse cuillère, mettez cette neige à cuire dans le lait en plusieurs fois, de façon à ce que les blocs ne s'entrechoquent pas. Faites cuire des deux côtés, dressez les blancs dans un plat creux.

**3.** Mélangez les jaunes d'œufs avec le même lait, surtout sans faire bouillir. Versez dans le plat sans toucher aux blancs. Vous pouvez réaliser un caramel pour agrémenter la présentation.

**4.** Préparez le brûlot lorrain. Dans une soucoupe de tasse à café, placez trois morceaux de sucre debout, arrosez-les d'un demi-verre d'eau-de-vie et flambez.

### ASTUCE
**Au micro-ondes**

Cette technique facile et rapide est idéale pour les débutants et les fainéants ! Mettez votre préparation au four à micro-ondes puissance minimum (dans un plat type Pyrex). Faites d'abord cuire 1 minute (vous verrez les blancs gonfler). Plantez un couteau pour surveiller la solidité et, si nécessaire, remettez à cuire une minute.

# Pain d'épices à la mousse de mandarine

**dessert** | 6 personnes | Préparation : 25 min | Cuisson : 1 h

ACCESSIBLE | BON MARCHÉ

## LE MARCHÉ

**Pour le pain d'épices :**

- 200 g de farine
- 10 g de bicarbonate de soude
- 90 g de beurre
- 1 œuf
- 1/2 sachet de levure
- 15 cl d'eau
- 150 g de miel
- 70 g de sucre
- 1/2 zeste de citron
- 1/2 zeste d'orange
- 2 g de mélange 4 épices
- 4 graines d'anis

**Pour la mousse de mandarine :**

- 4 mandarines
- 6 blancs d'œufs
- 140 g de sucre

## PRÉPARATION

www.DayzEbook.com

**Préparez le pain d'épices :**

**1.** Dans une casserole, faites bouillir l'eau, le miel, le sucre, les zestes et les épices. Faites infuser 10 minutes.

**2.** Ajoutez le beurre, laissez fondre puis passez au chinois sur la farine et le bicarbonate de soude. Mélangez avec un fouet et enfournez à 160 °C pendant 1 heure.

**Préparez la mousse de mandarine :**

**3.** Montez les blancs en neige très ferme. Recueillez le jus des mandarines, ajoutez le sucre et versez sur les blancs. Mélangez délicatement à l'aide d'une spatule en bois et réservez au frais, 4 heures minimum.

# DÉCO
# UN AIR DE MARCHÉ DE NOËL

**Tradition ancestrale dans l'Est, les marchés de Noël ouvrent désormais leurs portes partout en France. Vous pouvez vous en inspirer pour créer une décoration chaleureuse et gourmande.**

Shopping : Christy Granja
Photos : David Nakache

**Sur le sapin**
Le métal peint a toujours la cote.
*Chaussette en métal à suspendre Socks (4,90 euros) et bonhommes en métal à suspendre Christmas (3,90 euros). Chez Geneviève Lethu.*

www.City-Ebook.com

## En attendant Noël

Un calendrier de l'Avent artisanal et enfantin, à suspendre en guirlande dans le sapin ou à poser sur la cheminée. 24 cubes en papier à monter soi-même, avec bâtonnets en bois.
*Noix de Coc' (39 euros) sur torchon Eurodif (1,99 euros) avec décorations Papstar (1,93 euros le paquet).*

## Recette pour un bon vin chaud

Dans une pochette en laine bouillie, un verre Terafeu Terafour, une recette et les épices indispensables à sa réalisation.
*Douceur d'hiver d'Artiga, (17,60 euros), posé sur une nappe Eurodif (19,99 euros).*

## Des pieds bien protégés

La maison se pare des couleurs traditionnelles de Noël et les mêle à des tons actuels. Ici, mariage du rouge et du gris sur un fauteuil en cuir.
*Coussins en coton (9,99 euros), chaussons d'intérieur (9,99 euros), couronne (9,99 euros) et bougies (2,99 pièce). Chez Ikea.*

## Dessert style chalet

Lin, broderies et porcelaine pour évoquer l'hiver, les chalets et les fêtes.
*Serviette (2,50 euros), assiettes (2,99 euros pièce), couverts (0,99 euros pièce). Chez Eurodif.*

## Le silicone à la fête

Quelques décorations gourmandes faciles à réaliser grâce à ce moule en silicone et à la recette fournie. Passe au four, au micro-ondes et au lave-vaisselle.
*Petit-homme biscuit, Mathon, 19,99 euros.*
*Manique en silicone, Eurodif, 5,99 euros.*

## Joyeux lutins

De drôles de personnages peuplent les légendes de Noël... et la décoration de nos maisons.
*Bougies nain de jardin Riri, en deux coloris, Geneviève Lethu, 9,90 euros.*

**Carnet d'adresses**
Artiga : 05 58 47 71 61
Eurodif : www.eurodif.com
Geneviève Lethu : 05 46 68 40 00
Ikea : www.ikea.fr
Mathon : www.mathon.fr
Noix de Coc' : www.noixdecoc.com
Papstar : www.papstar.com

# L'eau à la bouche

www.DayzEbook.com

**Jean-Pierre Lopez dirige la poissonnerie du Dôme, l'une des plus réputées de Paris, qui fournit aussi de grands restaurants. Ce passionné nous livre les secrets qui permettront de composer le plateau de fruits de mer idéal pour le réveillon.**

Interview : Sabine Duhamel – Photos : Damien Grenon

**Les fêtes sont l'un des moments de l'année où l'on consomme le plus de fruits de mer. Y a-t-il des pièges à éviter ?**

Le mois de décembre est effectivement celui où la demande est la plus forte. Pour rester en mesure de satisfaire un maximum de clients, certains n'hésitent pas à constituer de véritables stocks plus de trois semaines à l'avance. Ils les congèlent jusqu'au moment venu. Or un produit congelé et décongelé n'a forcément plus le même goût puisque le froid a cassé les saveurs.

**Comment peut-on le savoir ?**

Il y a quelques indices. Prenez les Saint-Jacques, par exemple : la pleine saison s'étend, en gros, du 15 octobre jusqu'au mois avril. Noël est donc l'époque idéale pour en profiter. Mais attention, il existe un certain nombre de supercheries dont la plus répandue consiste à se procurer des coquilles congelées que l'on fait ensuite décongeler dans de l'eau citronnée afin de les blanchir. On peut cependant les reconnaître en faisant preuve d'un peu d'attention, car elles n'ont pas le même aspect que les Saint-Jacques fraîches : leur blancheur est, en effet, un peu livide et elles ont tendance à s'avachir. C'est pourquoi je recommande toujours de les acheter vivantes ou décortiquées du jour par le poissonnier. Faites aussi attention à certains détails si vous achetez des crevettes ou des langoustines cuites : sachez, par exemple, qu'une crevette qui a été congelée

www.DayzEbook.com

ou qui a subi trop de manutention n'a plus d'antennes. D'une manière générale, veillez à ce qu'elle soit ferme, de couleur uniforme et sans tache sur la tête – car lorsqu'elle commence à "virer", la tête noircit ou devient verdâtre. La tête ne doit pas se détacher du corps et les yeux doivent être bien noirs.

**Existe-t-il des signes qui prouvent que l'on entre une bonne poissonnerie ?**
Aussi simple que cela puisse paraître, fiez-vous à l'odeur : en entrant, vous devez sentir la brise marine, être transporté au large lorsque vous fermez les yeux… Si l'endroit sent le poisson, c'est que la marchandise n'est plus très fraîche. Regardez aussi comment sont présentés les produits : ils ne doivent pas être posés à même la glace, mais sur un film qui les protège d'un contact direct. La glace brûle les chairs du poisson, le raidit artificiellement et lui fait perdre sa texture. À la cuisson, il risque alors de se désagréger et de partir en eau.

www.DayzEbook.com

**La qualité d'un fromage, d'une viande ou d'un vin est contrôlable par l'origine, ce qui est beaucoup moins évident pour les produits de la mer. Comment s'y retrouver ?**
C'est un rapport de confiance avec son poissonnier… Entre un turbot et un autre, il peut y avoir autant de différences qu'entre une 2 CV et une Rolls. Avant, ce type d'apprentissage et de savoir se transmettait de mère en fille. Aujourd'hui, tout est aseptisé. Faites attention aux prix qui sont loin de constituer un gage de qualité : certains articles sont, en effet, vendus très cher parce que la marge du magasin est très élevée. Je conseille souvent de préférer les produits français : avec 3 500 kilomètres de côtes, notre pays fournit largement de quoi nourrir sa population ! Mais pour ce qui est des marchandises importées, il existe une hiérarchie dans la provenance. Prenez la langouste, qui est l'un des crustacés les plus appréciés pendant la période des fêtes : sachez, par exemple, que les langoustes du Cap et de Mauritanie sont plus que correctes. On peut d'ailleurs les acheter fraîches, ce qui n'est pas le cas des langoustes californiennes, cubaines ou australiennes, qui ont dû être cuites et congelées pour être transportées, puisqu'elles viennent de beaucoup plus loin.

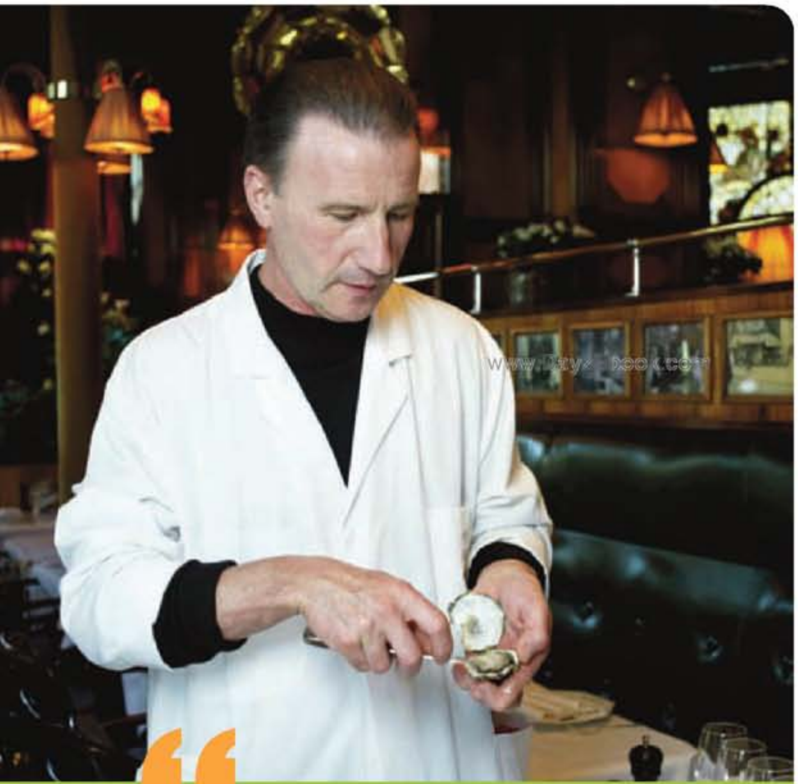
**Et pour le saumon fumé, que l'on retrouve aussi beaucoup sur les tables de fête ?**
Souvent, à Noël, le plat de résistance est composé d'une viande, le poisson et les crustacés étant réservés aux entrées. Tout reste une question de goût, mais pour le saumon fumé, je recommande le norvégien car il est plus gras et a donc plus de saveur et d'onctuosité que l'écossais qui est plus maigre. En tout cas, quel que soit votre choix, sortez votre saumon fumé du frigo une heure avant de passer à table. Laissez-le à température ambiante jusqu'au dîner, afin de réveiller sa saveur délicate.

> "Entre un turbot et un autre, il peut y avoir autant de différences qu'entre une 2 CV et une Rolls"

**Et pour les crustacés ?**
Il est vraiment préférable de jouer la sécurité et de les acheter vivants. Un crustacé cuit et réfrigéré n'a plus la même saveur. Le goût est encore plus altéré pour les produits vendus coupés, comme les tourteaux. Cuisez-les vous-mêmes, comme les langoustes d'ailleurs ! Laissez-les ensuite à température ambiante sans passer par le frigo, afin d'éviter les variations trop fortes de température. Un crustacé cuit et placé au frigo doit, en effet, être sorti deux heures avant pour retrouver son goût. En ce qui concerne les coquillages, comme les bulots et les bigorneaux, mieux vaut, une fois encore, les acheter vivants. Si vous les achetez cuits, veillez cependant à vérifier que vous apercevez la chair à l'entrée de la coquille : si ce n'est pas le cas, c'est que la bête est morte depuis longtemps !

**Vous conseillez d'acheter les fruits de mer vivants, mais comment les conserver jusqu'au soir ? Peut-on les cuire à l'avance ?**
Stockez-les simplement en les posant sur un lit d'algues, dans le bac à légumes du réfrigérateur. Un homard peut ainsi rester vivant près d'une semaine ! Une langouste est plus fragile et ne se conserve pas plus d'une journée. En ce qui concerne les modes de cuisson, sachez que le tourteau doit être placé dans de l'eau froide salée, car si vous le plongez directement

dans l'eau bouillante, il risque de se mutiler en s'arrachant les pattes. Laissez donc la température monter tout doucement, jusqu'à ce qu'il meure, puis portez l'eau à ébullition et maintenez une dizaine de minutes. Les bulots doivent, eux aussi, commencer à cuire à froid car ils ont ainsi le temps de rentrer dans leur coquille pour mourir : s'ils sont jetés dans l'eau bouillante et qu'ils dépassent de leur coquille, ils cuisent comme cela, ce qui influe évidemment sur le goût et la texture. À l'inverse, le homard et la langouste doivent être cuits à ébullition, ce qui permet de les saisir tout de suite et d'éviter qu'ils ne se vident.



"Jetez la première eau des huîtres. La deuxième sera déjà nettement moins salée"

**Les huîtres occupent souvent, elles aussi, une place de choix dans les repas de fête. Comment bien les choisir ?**

N'achetez que des huîtres dont la coquille est bien fermée. D'une manière générale, ce qui est vivant ne doit pas bailler. Quel que soit le coquillage, lorsqu'on le tapote, il doit se refermer, se rétracter dans sa coquille. Pendant la période des fêtes, il y a une telle demande que les produits sont parfois conditionnés trois semaines avant. Ils peuvent alors être soumis à des variations de température très néfastes : s'il fait trop froid, l'huître gèle, perd son eau, puis se met à bailler lorsque la température se radoucit. Regardez donc très soigneusement l'étiquette sanitaire qui doit indiquer la date de conditionnement. Autre chose : les huîtres sont généralement vendues dans des cagettes en sapin. Observez le bois : sa couleur doit être uniforme et il doit être sec. S'il est mouillé, cela signifie que les huîtres ont perdu de leur eau. Et pour ce qui est des huîtres elles-mêmes, vérifiez qu'elles soient bien remplies d'eau lorsque vous les ouvrez. Jetez d'ailleurs cette première eau : une huître pouvant refaire jusqu'à six fois son eau, la deuxième sera déjà nettement moins salée.

**Que veulent dire les numéros ?**

Ils concernent la taille des huîtres : en effet, plus le numéro est petit, plus les huîtres sont grosses. Les plus petites portent le numéro 6 ; les plus grosses peuvent aller jusqu'au triple zéro. Les tailles 3 et 4 sont généralement les plus passe-partout.

**Quel type d'huître conseillez-vous pour le réveillon ?**

Les Fine de Claire ou les Spéciales — taille 3 ou 4 pour avoir quelque chose à manger — sont parfaites pour les consommateurs occasionnels. Quant au véritable amateur d'huître, il l'aime grosse et grasse. Il la déguste telle quelle, sans rien lui ajouter. Un simple trait de citron peut conférer un contraste agréable, mais évitez le vinaigre qui tue le goût. Ne glacez pas les huîtres sur le plateau. Recouvrez, par exemple, la glace d'algues, car il en va des huîtres comme du vin : un trop grand froid en altère le goût. Et puis, pour profiter pleinement de votre soirée, sachez qu'un plateau d'huîtres peut se préparer deux heures à l'avance et être placé ensuite au frais sur le balcon.

**Poissonnerie du Dôme,**
**4 rue Delambre, 75014 Paris**
**Plus d'infos, de conseils et de recettes sur :**
**www.poissonneriedudome.com**

**Sur le site de la poissonnerie du Dôme, Jean-Pierre Lopez propose de nombreuses recettes à base de produits de la mer. Il nous livre ici l'une de ses préférées : les pétales de Saint-Jacques à l'huile de truffe. Ce plat, qui conjugue à merveille simplicité et subtilité, constituera une entrée légère et raffinée pour vos dîners de fête.**

# Pétales de Saint-Jacques à l'huile de truffe

**entrée** | 4 personnes | Préparation : 30 min | Cuisson : 45 min | FACILE | €€ ABORDABLE

www.DayzEbook.com

## LE MARCHÉ

- **2 à 3 noix de Saint-Jacques par personne selon la grosseur**
- **le jus d'un demi-citron**
- **5 c. à s. d'huile d'olive**
- **1 c. à s. de jus de truffe**
- **2 c. à s. de crème fleurette**
- **4 poignées de salade verte**
- **1 pincée de sel fin**
- **2 tours de moulin à poivre**

## PRÉPARATION

**1.** Émincer les noix de Saint-Jacques (4 à 5 tranches par noix).
**2.** Mélanger l'huile d'olive au jus de citron et au jus de truffe. Ajouter le sel et le poivre.
**3.** Badigeonner les assiettes de cette vinaigrette, à l'aide d'un pinceau.
**4.** Disposer les Saint-Jacques sur la moitié de chaque assiette et les rebadigeonner de vinaigrette. Placer la salade sur l'autre moitié.
**5.** Ajouter la crème fleurette au reste de vinaigrette et en napper la salade.
Vous pouvez éparpiller quelques miettes de truffe sur la salade et les noix de Saint-Jacques.

Un dîner PRESQUE parfait

# Index des recettes

## Apéritifs


- Truffes de chèvre frais aux fruits secs, cœur de figue 32
- Truffes de foie gras aux trois façons 33
- Soupe angevine, brochettes de Saint-Jacques et toasts aux deux saumons 39
- Cocktail au champagne 41
- Champagne sans alcool 41
- Huîtres gratinées au sabayon de champagne 43
- Macarons au foie gras et sa compotée d'oignons 44
- Minikouglofs salés 110


www.DayzEbook.com

## Entrées


- Crème de potiron et foie gras aux épices 24
- Truffes de Saint-Jacques au sésame, mousse safranée 34
- Velouté de châtaignes au foie gras 46
- Pressé de foie gras aux figues et aux pommes 47
- Cassolette d'escargots 48
- Mystère gourmand autour d'une perle noire 51
- Velouté de petits pois de ma grand-mère au foie gras 85
- Velouté de panais, espuma de lard fumé 86
- Velouté d'asperges 89
- Soupe aux orties et son émincé de saumon fumé 90
- La soupe de poissons 92
- Pâté lorrain 112
- Munster flambé 113
- Pétales de Saint-Jacques à l'huile de truffe 131


## Plats


- Poulet aux morilles et purée de panais 27
- Langoustines rôties, agrumes et asperges vertes 53
- Fleur de mer lovée dans son magret de canard fumé et sa purée de châtaignes 54
- Marbré de la ferme et ses légumes à l'ancienne 57
- Foie gras rose à la compotée de violette et pommes de terre vitelottes 58
- Blanc de dinde aux truffes et son gratin dauphinois 61
- Dinde aux parfums d'Orient 63
- Bar à l'orange et sauce à la clairette de Die 65
- Noix de Saint-Jacques en petit salé 79
- Soupe de lentilles du Puy et tartine chaude au fromage 95
- Soupe au lait de coco, poulet et citronnelle (tom kha kai) 96
- Colvert sur un nid alsacien 114
- Spaetzle 116
- Filet mignon en croûte aux pruneaux 118


## Desserts


- Salade d'oranges à la gelée de Noël 29
- Truffes au chocolat de grand-mère Françoise 31
- Truffes au caramel de beurre salé 35
- Bûchettes revisitées 66
- Minipommes d'amour 68
- Bûche chocolat/orange 69
- Poire pochée et sa glace aux marrons 71
- Truffes au chocolat blanc, pistache et thé matcha 99
- "Tire sur la neige" revisitée 100
- Granité à la mandarine et au Grand Marnier 100
- Minicupcakes à la banane, cœur au beurre de cacahuètes 101
- Nougat brun 102
- Étoiles sablées à la noix et au gingembre, glaçage royal 103
- Minichouquettes au sucre d'érable 104
- Laid chaud à la cardamome et sa cuillère de caramel 105
- Macarons au marron et au citron 106
- Œufs à la neige et brûlot lorrain 121
- Pain d'épices à la mousse de mandarine 123

# Retrouvez les plus belles merveilles du monde dans le livre Pékin Express

www.DayzEbook.com

2009 © M6 Éditions - RCS Nanterre - 421 300 842

**Une invitation au voyage !**

# Le golubtsy d'Elina

**Quand la température baisse, Elina a le réflexe "chou" pour préparer un dîner réconfortant. Parce que sa grand-mère lui a appris à faire beaucoup avec peu, elle régale son entourage avec ses recettes russes simples et savoureuses.**

"Ma grand-mère réalisait des festins miraculeux avec seulement un chou, surtout le soir du très frisquet Nouvel An (le chou était et est toujours un élément incontournable dans beaucoup de plats traditionnels de l'Europe de l'Est). Elle était fatiguée, mais il y avait beaucoup d'estomacs à remplir ! Comme j'étais jeune, je ne me rendais pas encore compte de l'exploit de composer un repas rapide et succulent avec seulement un légume. Pendant qu'elle cuisinait et qu'elle farcissait le chou de viande, de riz, de tomates, de poivrons, de champignons et de tout ce qu'elle pouvait trouver, l'odeur pénétrait dans la pièce à vivre et me mettait l'eau à la bouche ! Le golubsty, c'est un plat sympa et facile à réaliser !"

www.DayzEbook.com

**plat** | 4 personnes | Préparation : 15 min | Cuisson : 1 h

FACILE | BON MARCHÉ

## LE MARCHÉ

- **1 chou blanc**
- **500 g de viande hachée (agneau ou bœuf)**
- **300 g de riz**
- **2 carottes**
- **3 tomates**
- **1 oignon**
- **2 gousses d'ail**
- **Aneth**
- **1/2 l de bouillon de volaille**
- **Crème aigre (ou crème fraîche)**

## PRÉPARATION

**1.** Préchauffez le four à 180 °C. Faites bouillir le chou pendant 15 minutes. Coupez en morceaux les carottes et les tomates. Faites bouillir le riz mais ne le cuisez pas complètement.

**2.** Mélangez la viande avec l'oignon et l'aneth. Saisissez le mélange dans une casserole avec l'ail. Ajoutez le riz, les carottes et les tomates.

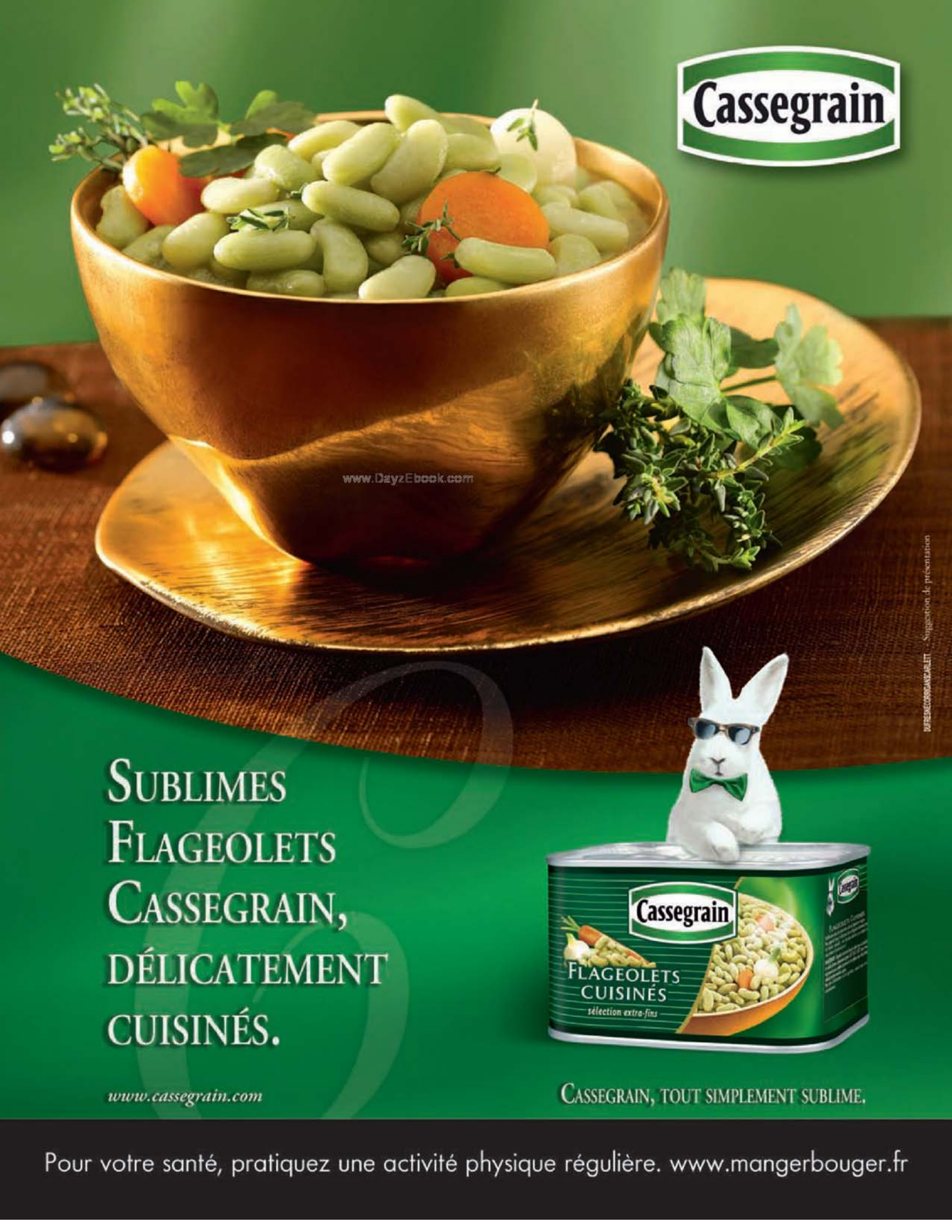
**3.** Placez un peu de farce dans une feuille de chou et repliez-la pour former un rouleau. Placez les feuilles farcies dans un plat profond, rempli d'un demi-litre de bouillon de volaille.

**4.** Cuisez au four pendant 45 minutes environ. Sortez les feuilles de chou et servez-les avec de la crème aigre (vendue dans les magasins spécialisés) ou de la crème fraîche.

## Cette rubrique est la vôtre !

Si vous souhaitez vous aussi partager une recette de famille, adressez-nous un courrier à :
Un dîner presque parfait, 46, rue Jacques-Dulud, 92 575 Neuilly-sur-Seine Cedex
ou un mail à : undinerlemag@m6.fr

ELLE EST TROP
BONES
NOUVELLE
CARTE MOZAÏC | M6
• Une vraie carte de paiement
• Avec une fonction antidépassement(1)
• Et plein d'avantages exclusifs M6
• Plus d'infos sur www.ca-mozaic.com
Retirez de l'argent et réglez directement vos achats, gérez votre compte sans dépasser votre budget.
Et plongez dans l'univers Mozaïc M6 en bénéficiant de nombreux avantages exclusifs : musique, séries, ventes privées...
BANQUE ET ASSURANCES
UNE RELATION DURABLE, ÇA CHANGE LA VIE.
La carte Mozaïc M6 de paiement MasterCard avec contrôle du solde peut être souscrite de 12 à 25 ans, sous réserve d'acceptation du dossier. Pour les mineurs, la souscription est faite par les représentants légaux. Renseignez-vous sur la disponibilité et le prix de cette carte dans votre agence. (1) Les opérations par carte sont possibles dans la limite du solde disponible sauf incident exceptionnel lié au contrôle du solde.
Bones © 2007-2008 Twentieth Century Fox Film Corporation.
07/2009 – M 13 034.4 – Édité par Crédit Agricole S.A. – 91-93, bd Pasteur, 75015 Paris – Capital social : 6 958 739 811 € – 784 608 416 RCS Paris. PROVIDENCE


Cassegrain
www.DayzEbook.com
SUBLIMES
FLAGEOLETS
CASSEGRAIN,
DÉLICATEMENT
CUISINÉS.
Cassegrain
FLAGEOLETS
CUISINÉS
sélection extra-fins
www.cassegrain.com
CASSEGRAIN, TOUT SIMPLEMENT SUBLIME.
Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière. www.mangerbouger.fr